



# KENS NEWS KENS GROUP INFORMATION

ケンズグループの最新情報をお届けします。

## ケンズニュース

\* 隔月発行

2019

126号

3・4  
月号



### 「全国がん登録」をご存知でしょうか？

みなとみらいケンズクリニック 院長  
渡邊 史郎



「全国がん登録」とは、がんを診断されたすべての人のデータを、国で1つにまとめて集計・分析・管理をする新しい仕組みで、2016年1月に始まった制度です。今年の1月に初めて厚生労働省から「全国がん登録」に基づいたデータが公表されました。

多の食生活や、喫煙率、胃がんにつながるピロリ菌の保有状況などが関係していると考えられています。分析によって得られた最新の統計情報は、国立がん研究センターがん対策情報センターのホームページで随時公開されますので、誰でも見たいときに閲覧することができます。

今回、公表された統計によると、2016年に新たにがんと診断された患者数は999,132例(男性566,575例、女性428,499例)でした。部位別で最も多かったがんは大腸がんがトップで、次に胃、肺と続きました(男性は胃がトップで前立腺が2位、大腸が3位。女性は乳房が1位で大腸が2位、胃が3位と続きました)。

がんは日本人の死因第1位の疾患です。がんによる死亡リスクを減らすには、がんを早期に見つけることが、がんの予防をすることが大切です。2017年にがんで死亡した人は373,334人(男性220,398人、女性152,936人)でした。男性では、40歳以上で消化器系のがん(胃、大腸、肝臓)の死亡

また、今回の結果から、同じ日本国内でもがんの罹患率に地域差があることが示されました。男女の年齢調整罹患率のトップは長崎県で、人口10万人当たり454・9、次いで秋田県が446・3、香川県436・7でした。最も低い都道府県は沖縄県で356・3、次いで愛知県が367・5、長野県が367・6でした。

が多く、70歳代以上ではその割合はやや減少し、肺がんと前立腺がんの割合が増加しています。女性では、40歳代では乳がん、子宮がん、卵巣がんの死亡が多くを占め、高齢になるほどその割合は減少し、消化器系(胃、大腸、肝臓)と肺がんの割合が増加しています。

部位別でも地域差がありました。胃がんの罹患率は、全国平均で人口10万人当たり48・2に対し、新潟県74・4、秋田県70・3など日本海側の地域が上位を占めています。胃がんリスクである塩分過

えると、消化器系のがんの早期発見・予防はとても重要です。定期的な内視鏡検査を受けることをおすすめします。

国立がん研究センターがん対策情報センターのホームページで公開さ

れている「日本人のためのがん予防法」では、(1)禁煙(受動喫煙を含む)、(2)節度ある飲酒(1日あたり日本酒換算で1合)、(3)食塩は最小限に、野菜や果物を食べ、熱い飲食物を避ける、(4)運動(30分以上の運動を週に2日以上行うなど、運動習慣をもつ)、(5)適正な体格指数(BMIが男性で21.5~27、女性で21.5~25)の維持、の5つの健康習慣を実践することでがんのリスクを低くできると報告されています。5つすべての健康習慣を実践すると、男性で43%、女性で37%低下するそうです。さらに、60歳以上でも、これら5つの健康習慣の実践によって、がんの予防効果が得られることがわかっています。今より1つでも多く実践することで、がんのリスクは確実に低下します。習慣が変えられれば今からでも遅くはありません。生活習慣を見直してがんを予防しましょう。



#### 柳川クリニック

住所 鎌倉市西鎌倉 1-18-3  
TEL 0467-33-0857 FAX 0467-33-1229  
診療時間 \*予約制  
[月~日] 午前 9:00 ~ 午後 12:00  
[月火水金] 午後 16:00 ~ 午後 19:00  
休診日 祝日、第1・4・5日曜  
3月: 3、21、24、31日  
4月: 7、28、29日  
診療科目  
胃腸内科 消化器内科(胃・大腸内視鏡検査)  
一般内科 呼吸器内科 循環器内科  
HP <https://www.kens-clinic.jp/kamakura/>

#### みなとみらいケンズクリニック

住所 横浜市中区桜木町 1-1-7 コレットマーレ 3F  
医療モール内  
TEL 045-651-2588 FAX 045-650-1136  
診療時間 \*予約制  
[月~日] 午前 10:00 ~ 午後 13:30  
[月~金] 午後 17:00 ~ 午後 19:00  
休診日 原則として祝日  
3月: 21、31日  
4月: 29日  
診療科目  
胃腸内科 消化器内科(胃・大腸内視鏡検査)  
一般内科 呼吸器内科 循環器内科  
HP <https://www.kens-clinic.jp/minatomirai/>

#### LINE お友だち募集中!

柳川クリニック  
@ila0141c



みなとみらい  
ケンズクリニック  
@dhp4168l



日々の健康管理に役立つ医療情報やクリニックの情報を配信しています。お友だち追加をお願いします!