

公益財団法人日本対がん協会 2019年度がん征圧スローガン  
**がん検診 あなたを守る 新習慣**

**日本人の約2人に1人が生涯で「がん」になり  
年間で亡くなる人の約3割が「がん」で亡くなっています**

## がんを防ぐための新12か条

公益財団法人がん研究振興財団

- |                     |                        |
|---------------------|------------------------|
| 1条 たばこは吸わない         | 7条 適度に運動               |
| 2条 他人のたばこの煙を避ける     | 8条 適切な体重維持             |
| 3条 お酒はほどほどに         | 9条 ウイルスや細菌の感染予防と治療     |
| 4条 バランスのとれた食生活を     | 10条 定期的ながん検診を          |
| 5条 塩辛い食品は控えめに       | 11条 身体の異常に気がいたら、すぐに受診を |
| 6条 野菜や果物は不足にならないように | 12条 正しいがん情報でがんを知ることから  |

## がん検診を受けましょう

これまでの研究によって、胃がん・肺がん・乳がん・子宮頸がん・大腸がんの5つのがんは、それぞれ特定の方法で行う検診を受けることで早期に発見でき、さらに治療を行うことで死亡率が低下することが科学的に証明されています。

早期で見つければ、がんは決して怖い病気ではありません。

「精密検査が必要」と判断されたら早期がんを見つけられるチャンスと考え、自分のため、そして心配してくれる周りのためにも、精密検査を受けるようにしましょう。

引用元：日本対がん協会ホームページ

**当組合ではがん検診及び精密検査の費用補助を実施しております**

【今後のおろしまち保健室】3日間とも13:30~17:00

- |          |        |         |
|----------|--------|---------|
| 1月16日(木) | 卸町会館4階 | 第一会議室にて |
| 2月20日(木) | 卸町会館3階 | 第三会議室にて |
| 3月19日(木) | 卸町会館3階 | 第三会議室にて |