

年に1度は健診（検診）を受けよう

～健診（検診）結果はそのままにしないで、生活習慣の見直しや
必要な精密検査までが健診（検診）のワンセット～

自覚症状が現れにくい、そんな病気は少なくありません。

だからこそ、生活習慣病の予防には定期的な健診（検診）で健康状態をしっかりとチェック。

自分の体を知ることが、健康維持の第一歩です。



忘れずやることリスト！

- ✓ 職場健診や特定健診、後期高齢者健診など
- ✓ がん検診



そうは言っても、こんな風に“後回し”にしていますか？

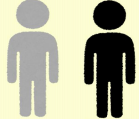


自分は健康だから
がん検診は必要ない！！

検診でがんが
見つかるのが怖い…



がんにかかる人 がんて亡くなる人



2人に1人



3人に1人

がんはとても身近な病気です！！

がんは不治の病ではありません。

早期発見・早期治療で生存率は高まります。

がんと診断後、5年生存している割合（5年生存率）
＜例：大腸がん＞

早期の段階で治療を開始した場合 … 95.5%

がんが進行*してから治療した場合 … 14.1%

* 遠隔転移を含む

出典：健康やまぐちサポートステーション

がん検診は自己負担額 2,500 円以下で受けられることがほとんどです。

職場などでがん検診を受ける機会がない方は市のがん検診を受けることができます。

詳細はコチラから
「健康診査を受けましょう」



健診（検診）を受けたあとの対応も大切です！

基準値内であっても年々基準値外に
近づいている項目はありませんか？

健診をきっかけに

生活習慣を見直しましょう！！



お腹周りが
気になってきたな・・・
よし！通勤を車から
自転車に変えてみようか



「精密検査が必要」「治療が必要」
と判定されたら・・・

すぐに医療機関へ

受診しましょう！！

見つかるはずの病気を放置する
ことになったり、重症化する可能性
があります。



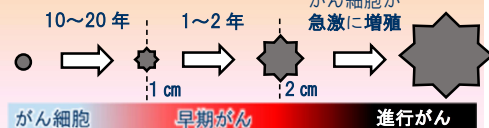
「症状がないから」
「忙しいから」と
放置しないで！

「異常なし」と言われても・・・

**定期的に健診（検診）を受
けることが大切です！！**

【がん細胞の成長】

がんの種類・年齢等個人差があります



1回の結果が「異常なし」であっても、
将来にわたってがんの危険がない
ということではありません！

