

# 活動成果報告書

令和5年度（第27回）「チヨダ地域保健推進賞」

<b>活動テーマ</b> 精密検査を受けて早期発見！ ～精密検査未受診勧奨～	
<b>グループ名称・氏名(グループの場合は代表者名)</b> 久慈市 生活福祉部 保健推進課 代表者:松本 美月	
勤務先:久慈市役所 所 属:生活福祉部 保健推進課 所在地:〒028-0014 岩手県久慈市旭町8-100-1 T E L:0194-61-3315 F A X:0194-52-3197	

## ◇活動方針

本市では、健康づくりの計画として「健康くじ21プラン(第2次)を平成27年3月に策定しました。「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」を基本理念とし、健康づくりに関する事業を実施しています。『がん分野』においては、「がん予防のための生活習慣を身につけ、検診を受けよう」と目標を掲げ、目標達成のため普及啓発に取り組んでいます。

## ◇活動内容とその成果

### ○活動内容

がん検診を受診した住民が早期発見の機会を逃さないため、精密検査の未受診勧奨を行っています。

対象者が精密検査を受診すると、受診した医療機関から、各種健診(検診)を委託している「対がん協会」または「予防医学協会」に受診報告がされ、委託先より本市に精密検査受診の有無について報告がされます。その報告を受け、精密検査未受診者に対し電話にて受診勧奨を実施しています。

精密検査未受診勧奨では、早期発見することのメリットやあなたを気にかけているというメッセージを伝え、受診を促しています。また、受診して異常なしの場合もあることや、異常がなかった場合にも定期的ながん検診を受けるようをお伝えしています。働いている世代の方は、日中電話に出られない方も多く、閉庁後に電話をかけることもあります。

# 活動成果報告書

## ○令和4年度精密検査未受診勧奨件数(不在着信含む延べ件数)

項目	件数
胃がん	92
肺がん	118
大腸がん	175
前立腺がん	76
子宮頸がん	21
乳がん	9
合計	491

## ○精密検査受診率

項目	H30	R1	R2	R3
胃がん	78.6	88.0	90.9	90.2
肺がん	82.2	85.4	92.6	87.6
大腸がん	75.3	84.5	78.4	78.4
前立腺がん	52.8	60.5	75.6	59.3
子宮頸がん	86.5	84.4	100.0	95.5
乳がん	100.0	90.0	100.0	79.2

100%の受診率を達成することはなかなか難しい状況であります。精密検査未受診勧奨をするなかで、受診に至らない背景を捉えることが今後の課題だと考えています。

## ○精密検査未受診勧奨時の住民の反応

- ・すでに受けている
- ・たまたま引っかけただけだから大丈夫だと思う
- ・年(高齢)だからうけない
- ・気にはなっていたけど、まだ行けていない
- ・仕事が忙しく受けていない

## ○住民からの感謝のことは

「精密検査を受けるよう通知をいただいていたが、受診せず放置した。勧奨の電話をいただいたので重い腰を上げ受診したところ『がん』が見つかった。幸い、早期発見だったため内視鏡での手術ですんだ。電話がなく、放置していたら、大変な治療になっていたと思う。電話をいただけて本当に良かった。受診勧奨の電話をこれからも続けて欲しい。」と医師から治療方針について説明された際の資料とともにお話をいただきました。

## ◇今後の計画

今後も1人でも多くの方が精密検査を受診するよう、未受診勧奨を継続していきます。

また、がん検診に関心をもってもらえるよう、対象年齢に限らず、全世代に対する普及啓発の実施や、検診の待ち時間を利用したがんに関する健康教育、子育て中の方も受診しやすいよう、託児サービスを継続する等取り組みます。

検診会場で配布した職員手作りのおたより

第 2 号

(令和 5 年度胃がん検診特別号)

ちよつとためになる保健たより

大切なあなた

令和 5 年 8 月 9 日発行  
久慈市保健推進課

減塩から始める胃がん予防

胃がん検診の受診者の皆さま、暑い中ご来場ありがとうございます。検査開始まで今しばらくお待ちください。ところで、塩分の取りすぎが胃がんを招くことはご存知でしょうか。

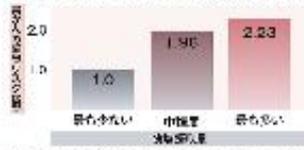
国立がん研究センターが実施したある調査では、食塩摂取量が高いほど胃がんリスクが高く、約 2 倍になったという結果が出ました。

世界保健機関によって召集された、専門家集団による評価では「食塩・塩蔵食品は、胃がんの原因の一つであろう」と結論されています。特に日本の食文化と関わりの深い、塩分濃度の高い塩蔵魚介類を控えることは、胃がんのリスクを減らすために重要です。

(塩蔵食品：いくら、塩辛、塩鮭、練りうになど)

高い塩分摂取量は「高血圧」や「脳卒中」を引き起こすことが知られており、日頃の塩分の取りすぎが、あなたや大切な人の身体に知らず知らずのうちに負担

※食塩摂取量と胃がんの罹患リスク (男性)



をかけているかもしれません。

日本で最も発生率の高いがんである胃がん対策として、定期的ながん検診と減塩はとても効果的であるといえます。

まずは朝ごはんの塩分(しよつゆ・塩)をいつもよりちよつとだけガマン・・・。減塩から始める胃がん予防、始めてみませんか？

おら、しよつぺえものが好きだ！

〜東北地方の塩分事情〜

東日本、特に東北地方の味付けは、西日本に比べて「濃い」といわれます。味付けが「濃い」ということは、料理に使われる塩分濃度が高いことをイメージいただけると思います。

東北で塩分摂取量が高いことの理由として、気候が寒冷であることが大きく影響しています。寒い東北地方に住む人々は、塩分を摂取することで体温を維持してきました。また、深い雪に覆われる東北に暮らす民にとって収穫した食料を塩蔵して保存することは生きていくための一つの知恵でした。親から子へ、子から孫へ代々味覚が継承され、現在の東北の食文化が形成されたのです。

高血圧患者の発生率は、東北地方や北関東地方で高いことから、久慈市に住む私たちも日頃の食生活を見直すことが、より健康で長生きでいる生活に繋がるのかもしれない。

【特別講演】

『命のSDGsは減塩と』

血圧コントロールから

日下医院院長 日下美穂先生

減塩に興味はあるけれど何から始めよう。久慈市で生活するあなたやご家族の方が元気で生き生きと長生きする第一歩として、まずは日下先生の講演を聴きにきませんか？

日下先生は、日本の食の弱点である高食塩食を改善し、国民病である高血圧や認知症などの生活習慣病を予防して医療費削減にも繋がるように、おいしく楽しくスマートな減塩を提唱しています。

広島県在住の日下先生の貴重なお話が久慈市で聴けるこの機会、お見逃しなく。



減塩フェスタ in 久慈 内  
日時：令和 5 年 8 月 20 日 (日) 10 時 20 分〜11 時 30 分  
場所：久慈市文化会館アンバーホール 大ホール  
※お問い合わせは保健推進課まで ☎ 61-3316

次回予告

秋の乳がん検診では「自宅」でできる乳がん予防特集号」を配布予定です。  
ところで、「濃口醤油」と「薄口醤油」では「薄口醤油」の方が塩分が多いことをご存知でしたか？薄いのに塩分が多いなんて、ことばって面白いですね。