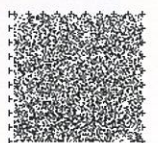


概要版

世田谷区 がん対策推進計画

平成28年度～33年度

平成28年3月
世田谷区



1 基本方針と基本目標

基本方針

がんを知り、がんと上手に向き合い、
がんになっても自分らしく暮らせる地域社会の実現

現代社会において、がんは誰もが罹りうるものです。たとえがんに罹患したとしても、がんに関する正しい知識をもって上手に向き合い、誰もが必要な支援を受けながら自分らしく生活できる地域社会を目指します。

基本目標

- ・区民一人ひとりが、がんに関する理解を深め、予防に努めている
- ・地域で、がん患者や家族が、理解や必要な支援を受けながら安心して生活している

計画策定の背景

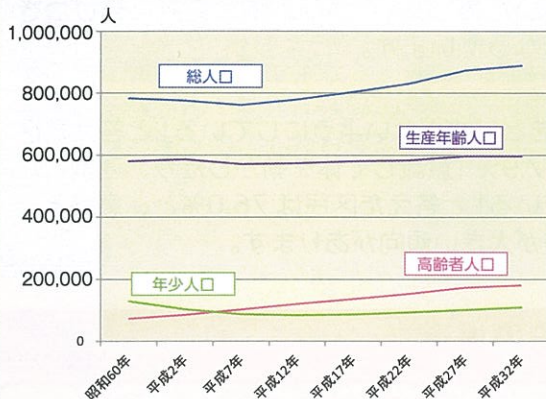
国	平成19年4月	「がん対策推進基本法」施行
	平成19年6月	「がん対策推進基本計画」策定
	平成24年6月	「がん対策推進基本計画」改定
	平成27年12月	「がん対策加速化プラン」策定
東京都	平成20年3月	「東京都がん対策推進計画」策定
	平成25年3月	「東京都がん対策推進計画(第一次改定)」策定
世田谷区	平成18年4月	「世田谷区健康づくり推進条例」施行
	平成24年3月	「健康せたがやプラン(第二次)前期」策定
	平成27年4月	「世田谷区がん対策推進条例」施行

2 がんを取り巻く状況

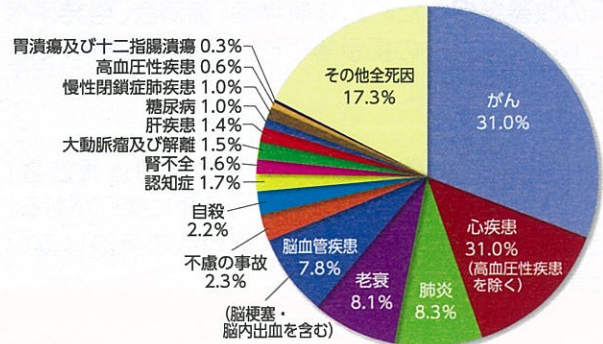
1 世田谷区の現状

がんは、高齢化に伴って罹患リスクが高まります。世田谷区においては、高齢者人口及び高齢化率が伸び続けています。

世田谷区階層別人口の推移と将来推計人口

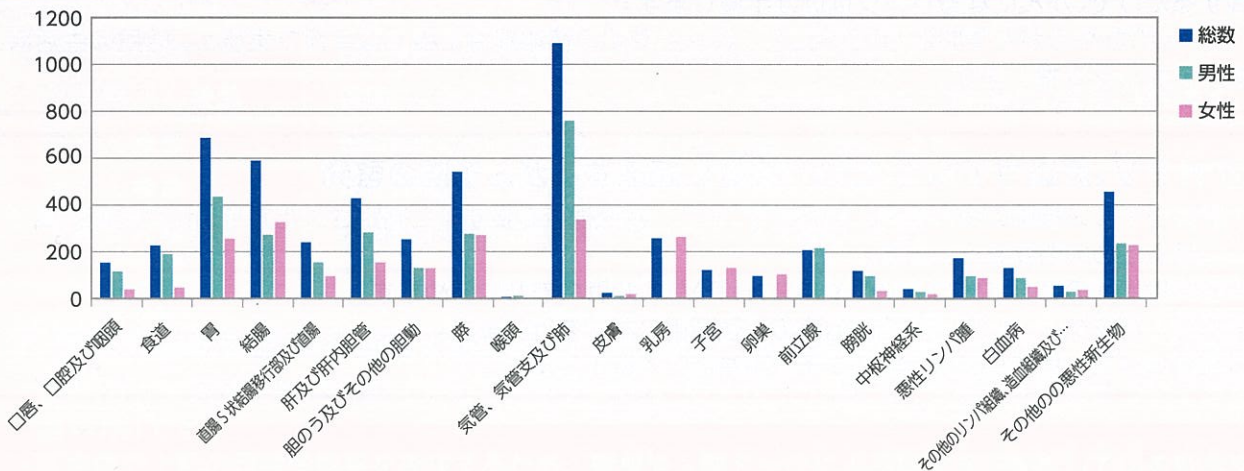


主要死因の割合 (平成26年) N=6,383



死因の6割が生活習慣病です。
その第1位ががんによるものであり、死因全体の約3割を占めています。

がん部位別死亡者数 (平成24～26年)



2 区のがん検診の状況

国の指針に基づく5つのがん検診(胃、大腸、肺、子宮、乳がん検診)と、世田谷区の独自事業の2つのがん検診(前立腺がん、口腔がん検診)を実施しています。

これまで受診率向上策として、個別勧奨の強化、無料クーポン券の送付、特定健診との同時受診の導入、土曜日受診の拡充などに取り組んできました。

目標受診率を設定していますが、目標値に届いていない検診があり、国の受診率より低くなっている現状です。

3 施策と主な取組み

施策

1

がん予防の推進

現 状	課 題
がんを生活習慣病のひとつとしてとらえ、生活習慣の改善を促すために健康講座、講演会、啓発イベント、ポスターの掲示等の啓発活動等を行ってきました。	不特定多数の区民へ働きかけることができるが、一人ひとりの区民に合った働きかけを行うことが難しいため、個人の生活習慣の変容に結びつきにくくなっています。
「世田谷区民の健康づくりに関する調査報告書」(平成 27 年度)によれば、「自分の健康に関心がある」と答えた区民は 89.1% と、健康への意識は高いと言えます。	「塩分をとりすぎないようにしている」と答えた区民は 67.9% 「意識して体を動かしたり、運動したりしている」と答えた区民は 76.0% と、意識と行動の差が大きい傾向があります。

取組み (1) 科学的根拠に基づくがん予防の推進

① 「日本人のためのがん予防法」に基づく、喫煙、飲酒、食事、身体活動等生活習慣の具体的な見直しの推進

国立がん研究センターをはじめとする研究グループにより開発されたがん予防のためのガイドラインが、「日本人のためのがん予防法」です。

「禁煙」「節酒」「食生活」「身体活動」「適正体重の維持」の5つの生活習慣を適切な健康習慣となるよう実践するだけで、がんになるリスクはほぼ半減します。

「日本人のためのがん予防法」を活用した、わかりやすい情報提供を様々な手段で実施し、区民の生活習慣の見直しを支援します。

② H P V、肝炎ウイルス、ピロリ菌等に起因するがん予防の啓発

- ・肝炎ウイルス検診の受診勧奨に努めます。また、精密検査を要すると判定された方を適切な医療に結びつけるための啓発を行います。
- ・若い世代へのヒトパピローマウイルス(H P V)の知識の普及に努めます。
- ・ヘリコバクター・ピロリ菌除菌治療の保険適用の周知を行います。
- ・胃癌リスク検査(A B C検査)を予防事業として導入します。

取組み (2) 喫煙による健康被害防止対策の推進

① 医療機関等と連携した、禁煙希望者への禁煙支援の推進

- ・肺がん検診や成人歯科健診・口腔がん検診の問診において、禁煙希望者へ禁煙支援リーフレットを配布し、禁煙外来の案内を行うなど、禁煙しやすい環境を整備します。

② たばこの健康被害に関する普及啓発

- ・両親学級や妊婦検診等における妊婦に対する影響に関する啓発を行います。
- ・区立中学校の保健体育授業での喫煙の害に関する知識の普及など、未成年者への啓発を行います。

③ 受動喫煙防止策の推進

- ・区内の飲食店等の店舗で、禁煙等に取り組む店舗を登録し、区のホームページ等で紹介する受動喫煙防止協力店制度の協力店の拡充を行います。

現 状	課 題
<p>区の目標受診率の設定や精度管理を行っているがん検診は、胃がん、大腸がん、肺がん、子宮がん、乳がんの5検診です。</p>	<p>平成 26 年度東京都がん検診精度管理評価事業で、世田谷区における胃・大腸・肺・子宮・乳がん検診の受診率は 23 区の中では高いとは言えない状況にあります。</p>
<p>これまで、検診の広報を始めとして、個別勧奨の実施、特定健診や長寿健診とがん検診の同時受診の推進、子宮がん・乳がん検診の無料クーポン事業を行うなど制度の周知及び受診率向上に努めてきました。</p>	<p>制度はある程度周知されているので、今後も目標受診率の達成に向けて効果的な受診勧奨法等様々な方法を検討していきます。また、より精度の高い検診を推進するためには、受診結果を一元管理し、要精密検査となった方への受診勧奨や精密検査結果の集約・分析が必要です。</p>

取組み (1) 科学的根拠に基づくがん検診の推進

① 国の指針等を踏まえたがん検診の見直しに向けた検討

国は自治体が行う対策型検診について、科学的根拠に基づいた正しい検診をおこなうことを指針として定めて推奨しており、平成 28 年 2 月に指針を改定しました。区では、国の指針を踏まえ、以下のとおり検診事業を推進します。

胃がん検診	国の指針の改定を踏まえ、胃内視鏡検査を導入します。
子宮頸がん検診	積極的な受診勧奨による定期的な受診習慣意識の醸成や受診機会の確保に努めます。
乳がん検診	国の指針の改定を踏まえ、検診内容の見直しを検討します。
肺がん検診	要件の見直しと検診時の禁煙外来への案内を行います。
大腸がん検診	要精密検査者を精密検査に結び付けていくかを検討します。

② 検診の目標受診率の設定と受診率向上に向けた取組みの推進

- 国の「がん対策推進基本計画」に定める目標受診率は 50% (ただし胃、肺、大腸がん検診については当面 40%) です。
- 区全体で上記の目標受診率を達成するため、職域や人間ドックによる検診等で受診している割合を差し引いたものを、区検診として目指すべき受診率として算定しました。

種 別	胃がん	大腸がん	肺がん	子宮頸がん	乳がん
区検診の目標受診率	15.8%	28.9%	24.5%	34.9%	23.2%

- 事業所の事業主と連携し、検診受診を働きかけます。
- 若い世代への受診勧奨を強化し、大学生との協働による勧奨案内の作成等を検討します。

③ 医師会等と連携した受診しやすい検診体制の整備

- 検診の電子申請による申込みや、土曜日検診の拡充について検討します。
- 異常なしの場合の結果通知の郵送を検討します。
- 住民税非課税世帯に対する自己負担無料化を拡充します。

取組み (2) 受診結果の活用による精度管理の推進

精度管理とは、がん検診が正しく行われているかを評価して、不備な点を改善していくことです。区は、関係機関と連携して、平成25年度からがん検診の結果を世田谷区保健センターへ集約して一元管理を始めました。今後は、5がんの検診すべてについて精密検査の受診勧奨や精密検査受診者の追跡調査、検診結果の集約等を通じて、検診精度の向上に努めます。

① 関係機関と連携した要精密検査者への受診勧奨の強化

- ・要精密検査となった受診者、検診実施機関へ精密検査受診の意義を十分に説明します。

② 検診事業評価の推進

- ・関係機関と連携しながらプロセス指標許容値の達成を目指します。
- ・検診データを経年的に把握し、検診事業評価のあり方を検討します。

施策

3

がんに関する教育・啓発の推進

現 状	課 題
区立中学校の1年生を対象に、「がん検診のススメ」という小冊子を配布しています。また、中学校の保健体育の授業では、喫煙の害に関する学習により未成年者の喫煙防止に取り組んでいます。	よりわかりやすい資料、教材を作成するなど、子どもたちが自らの健康のほか、家族の健康やがん患者の生活等に関心をもつことができるような教育を実践する必要があります。
がんに関する正しい知識の普及のために、イベントの実施やチラシ・ポスターの配布、ホームページや講演会等で普及啓発を行ってきました。	より多くの区民へ情報を届けるためには、地域団体、職域団体、患者団体、保健医療福祉関係者等と連携した、様々な機会を活用した取組みが求められています。

取組み (1) がんに関する教育の推進

① 教科書を補足する新たな資料の作成と教育現場における活用

児童・生徒が、がんに関する正しい知識等を得ることができ、また家庭でも活用できるような教科書を補足する新たな学習資料を作成し、体育・保健体育の授業で活用します。

② 拠点病院や患者団体等と連携したがん教育の実施

区内には、2か所の都道府県がん診療連携拠点病院、23か所の地域がん診療連携拠点病院をはじめ、がん医療の中心的な役割を担う医療機関が集積しているほか、多くの患者団体が活発に活動しているという特徴があります。これらの機関、団体と連携して医療関係者やがん経験者などの声を区民に伝え、がんを自分の身近に起こりうるものと捉え、主体的に対応を考えることができるよう働きかけます。

取組み (2) がんに関する正しい知識の普及

① 健康手帳を活用した20歳以上の区民への情報提供

現在、40歳以上の区民へ配付している健康手帳の内容を、より幅広い年齢層の区民が活用できるよう見直すとともに、配付方法を合わせて見直し、拡充します。

② 職域団体・地域団体等と連携した普及啓発活動

- ・区内事業所における従業員の健康づくりや、たとえがんに罹患しても安心して働き続けられる職場づくり等について連携して支援します。
- ・区内事業所向けに実施している経営者セミナー等を活用し、がんに関する情報提供を行う機会を拡充します。

③ がん対策ポータルサイトの開設

- ・紙媒体を中心とした情報提供に加え、スマートフォン等の普及に対応して誰もが簡単に正確な情報にアクセスできるよう、がん診療連携拠点病院や東京都等の情報や、生活習慣や環境要因等の予防情報、区の制度やサービス等の情報を集約するなどして、区民や保健医療福祉関係者等が利用しやすい形で情報を提供していきます。

施策

4

がん患者や家族への支援の充実

現 状	課 題
区は、認可保育園等の入園への配慮、小児慢性疾患医療費助成、第2号被保険者の要介護認定、国民健康保険加入者への高額療養費や高額介護合算療養費支給等を実施しているほか、平成26年度に世田谷区保健センターにがん相談コーナーを設置して、専門知識を持つ看護師らが患者や家族からの相談に対応するなど、患者や家族への相談支援活動は徐々に充実してきています。	「がん患者の就労等に関する実態調査報告書」(平成26年5月)では、「仕事について家族以外に相談したいと思ったことがある」患者のうち、24.7%は相談先を知らないため相談しなかったと答えるなど、社会生活全般に関する患者、家族への支援が必要とされています。

取組み (1) 地域での生活を支えるための取組みの推進

① 相談支援の充実

- ・保健センターのがん相談コーナーの拡充に努めます。
- ・拠点病院との連携等によるがん相談コーナーの体制整備に努めます。

② がん患者及び家族への支援の充実

- ・社会保険労務士等専門職や患者団体等と連携した支援体制の充実に努めます。
- ・(仮称)在宅療養支援ハンドブックの作成・配付を検討します。
- ・緩和ケアの必要性の理解促進に努めます。

③ 拠点病院等関係機関と連携した信頼できる情報の発信

- ・ホームページや図書館等を活用した総合的情報の発信を行います。
- ・情報発信拠点としての保健センターの機能強化に努めます。
- ・東京都医療連携手帳の活用の周知を行います。

④ 地域包括ケアシステムの構築と在宅療養支援の推進

- ・在宅療養支援を支える地域包括ケアシステムの構築に努めます。

⑤ 産業振興部門や関係機関と連携した就労と治療の両立の支援

- ・都や拠点病院、区の産業振興所管等と連携した、がん患者が働きやすい環境づくりに関する普及・啓発を行います。
- ・関係機関と連携し、がん患者等を対象とした就労に関する相談の検討を行います。

日本人のがん予防に適切な生活習慣の提示

がん予防ガイドライン：「日本人のためのがん予防法」：2015.1.15 版

喫煙 ➡ たばこは吸わない。他人のたばこの煙をできるだけ避ける。

たばこを吸っている人は禁煙をしましょう。吸わない人も他人のたばこの煙をできるだけ避けましょう。

飲酒 ➡ 飲むなら、節度のある飲酒をする。

飲む場合は1日あたりアルコール量に換算して約23g程度まで(日本酒なら1合、ビールなら大瓶1本、焼酎や泡盛なら1合の2/3、ウイスキーやブランデーならダブル1杯、ワインならボトル1/3程度)。飲まない人、飲めない人は無理に飲まない。

食事 ➡ 偏らずにバランスよく。

* 塩蔵食品、食塩の摂取は最小限に。

食塩は1日あたり男性8g、女性7g未満、特に、高塩分食品(たとえば塩辛、練りうになど)は週に1回未満に控えましょう。

* 野菜や果物不足にならない。

* 飲食物を熱い状態でとらない。

身体活動 ➡ 日常生活を活動的に。

たとえば歩行またはそれと同等以上の強度の身体活動を1日60分行いましょう。また、息がはずみ汗をかく程度の運動は1週間に60分程度行いましょう。

体型 ➡ 適正な範囲内に

中高年期男性のBMI(体重kg)/(身長mの二乗)で21~27、中高年期女性では21~25の範囲内になるように体重を管理する。

感染 ➡ 肝炎ウイルス感染検査と適切な措置を。機会があればピロリ菌感染検査を。

地域の保健所や医療機関で、一度は肝炎ウイルスの検査を受けましょう。感染している場合は専門医に相談しましょう。機会があればピロリ菌の検査を受けましょう。感染している場合は禁煙する、塩や高塩分食品のとりすぎに注意する、野菜・果物が不足しないようにするなどの胃がんに関係の深い生活習慣に注意し、定期的に胃の検診を受けるとともに、症状や胃の詳しい検査をもとに主治医に相談しましょう。

世田谷区がん対策推進計画 概要版

平成28年3月

発行 世田谷区

編集 世田谷保健所

〒154-8504 東京都世田谷区世田谷 4-22-35

電話 03-5432-2443 FAX 03-5432-3022

広報印刷物登録番号 No.1373

