

# Five通信

令和2年  
1月~3月

## 人

生100年といわれる時代、皆様ほどのように生きていきたいと考えていますか？

生き方や働き方が多様化する現代、何歳になっても自分らしく生きることを選択するためには「健康であること」が必須でしょう。栄養バランスのとれた食事、適度な運動、十分な睡眠など、健康であるために日々気を付けている方もたくさんいらっしゃると思います。

では、ご自身の健康状態を知るためには、どのようなことができるでしょうか？

やはり「健康診断」を受

けることではなでしょうか。

健康診断を受けることで、早く病気を発見し、早期治療につなげることや、その結果を踏まえて、病気の発症や重症化を予防することなどができます。病気の大半は徐々に進行します。症状が出てからでは遅い場合もあるので、定期的に健康診断を受けることはとても大切なことなのです。

また、健康診断は受けてい

るが、「がん検診」は受けていないという方も多いと思います。

本におけるがん検診の受診率は約40%で

日

アメリカの受診率の約半分と、最近、ステージ0やⅠといった早期のがんを発見できる検査のアメリカの医療費はとてつもなく高額といわれており、多くが非常に優れた「緑虫」を活用した検査方法は、たった1滴の尿から15種類のがんを高精度に判定できます。さらに、一滴の血液からがんを検出する技術の開発も進んでおり、13種類の

一方、日本には公的医療保険があることで、「配なときほいつでもなる」といわれています。

がんの「がん検診」を受ける安心感から、がん検診を受けていない方が多いという現状が、く人生を歩むために健康診断やがん検診の大切さについて考えるみてはいかがでしょうか？

また、万が一のときに役立ち保険をお持ちかどうか、今一度確認しておきましょう。

## ご

自身の健康を守るため

がんの「がん検診」を受ける安心感から、がん検診を受けていない方が多いという現状が、く人生を歩むために健康診断やがん検診の大切さについて考えるみてはいかがでしょうか？