

上越地域のがん

～ 死亡統計からの報告 ～

H21.12.17(木)

上越地域振興局健康福祉環境部

五十嵐直子

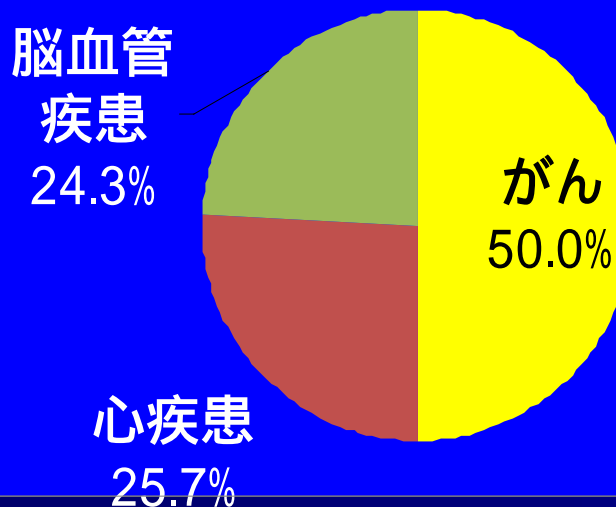
1. 新潟県の現状

新潟県の平均寿命は
全国中位

新潟県の平均寿命(歳)

男性	78.75歳	第23位	(第1位の長野県	79.84歳よりも	-1.09歳)
女性	86.27歳	第9位	(第1位の沖縄県	86.88歳よりも	-0.61歳)

新潟県における3大死因による死亡 (H16~18年平均)



新潟県では、
昭和57年以降、
死因の第1位は
がん

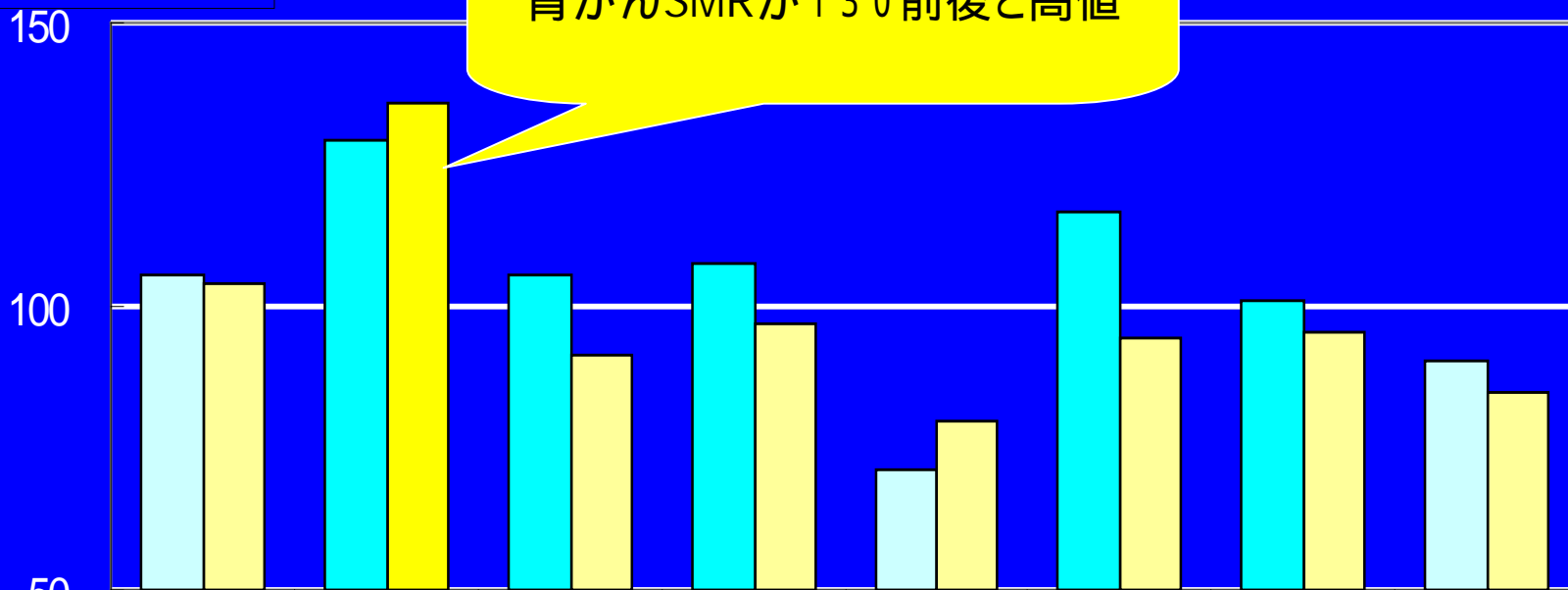
SMR (標準化死亡比)

～ 上越地域 ～

各SMR: 合併後市町村で計算

上越保健所管内
SMR (男)

男性では、
胃がんSMRが130前後と高値

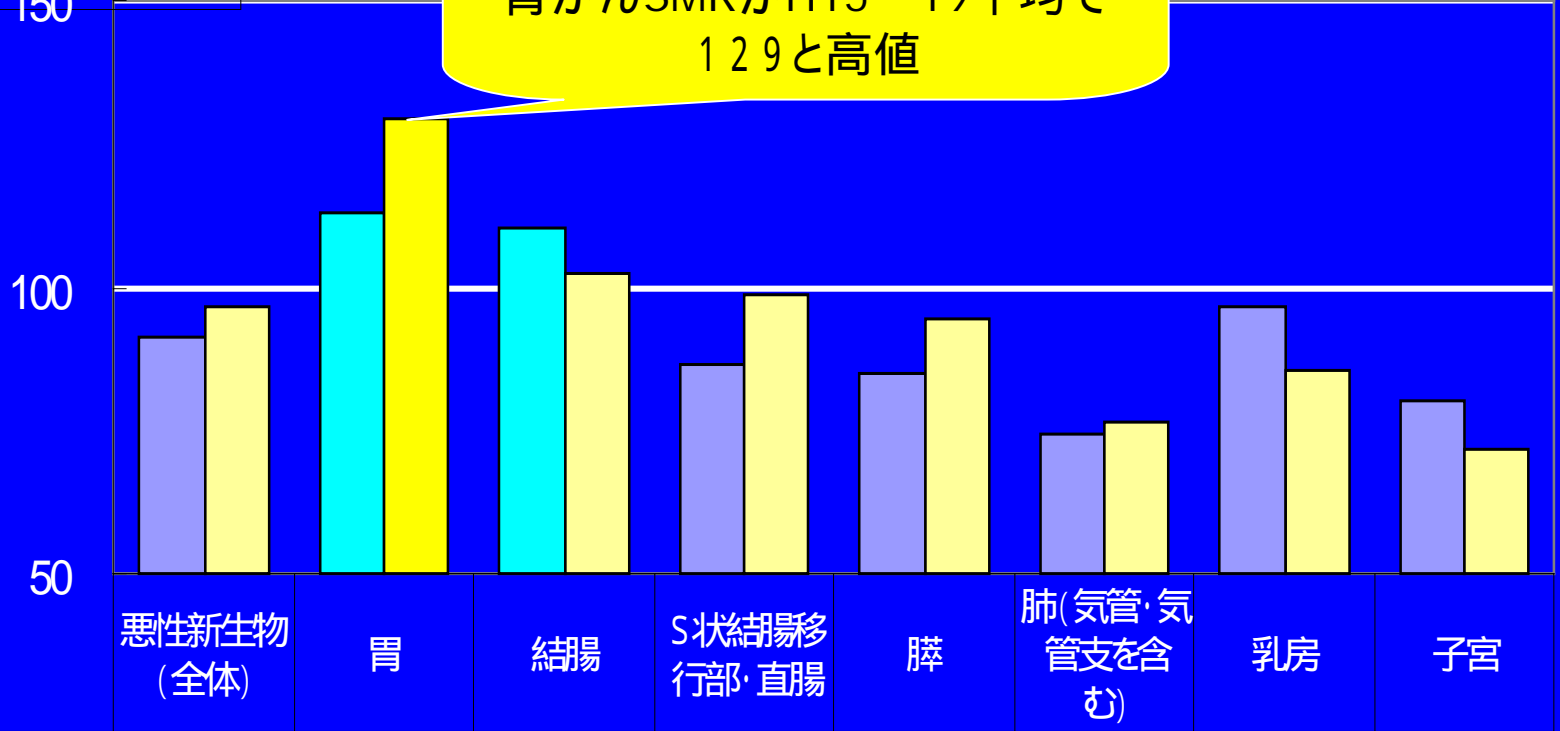


■ H11-14平均	105.5	129.4	105.6	107.5	71.0	116.7	101.2	90.2
■ H15-19平均	104.3	135.8	91.3	97.0	79.9	94.6	95.7	84.8

各SMR: 合併後市町村で計算

上越保健所管内
SMR (女)
150

女性についても、
胃がんSMRがH15～19平均で
129と高値

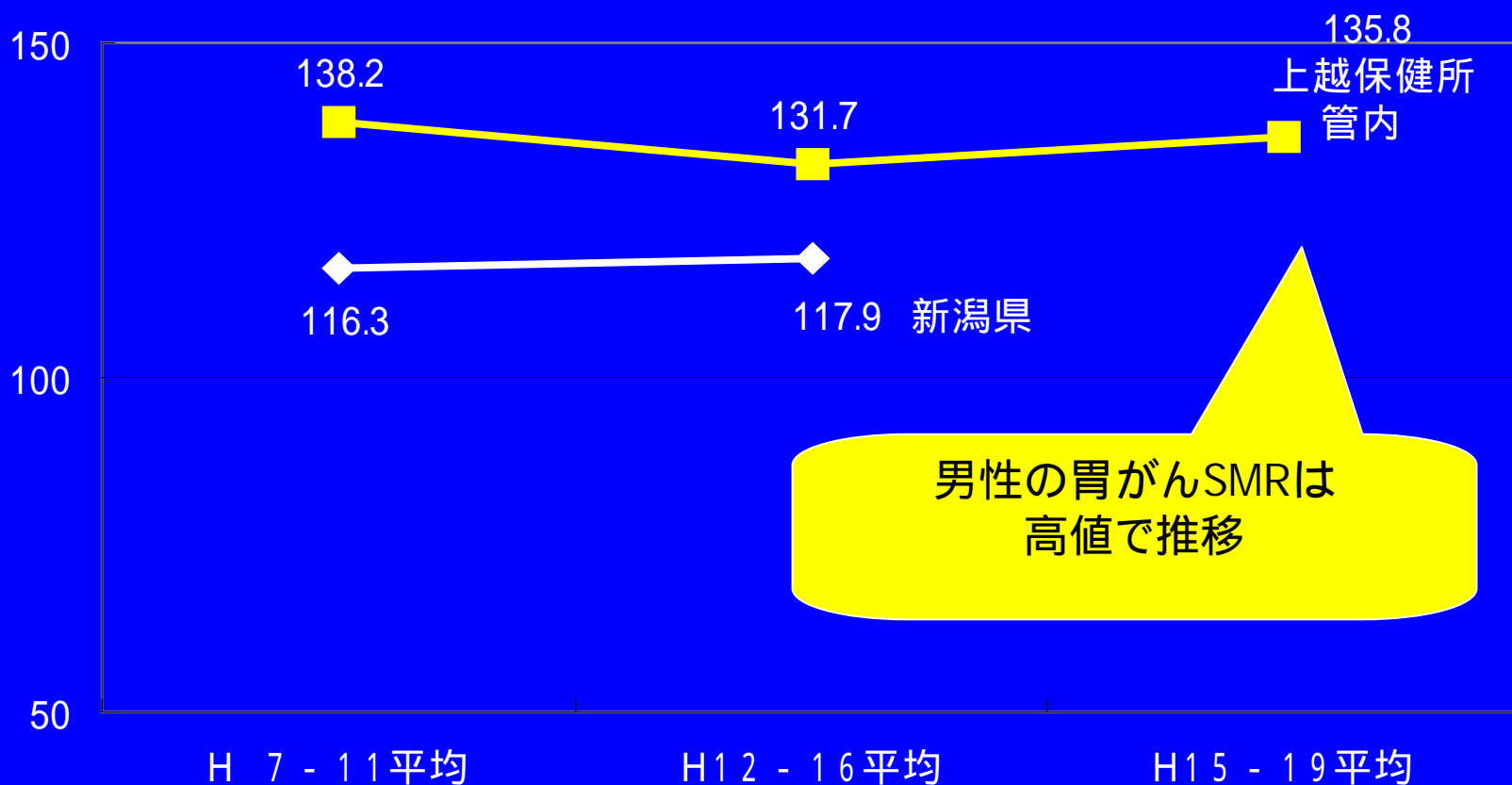


■ H11-14平均	91.3	113.1	110.5	86.4	85.0	74.4	96.4	80.3
■ H15-19平均	96.4	129.2	102.4	98.8	94.3	76.3	85.3	71.6

胃がんSMRの推移(男性)

各SMR:合併後市町村で計算

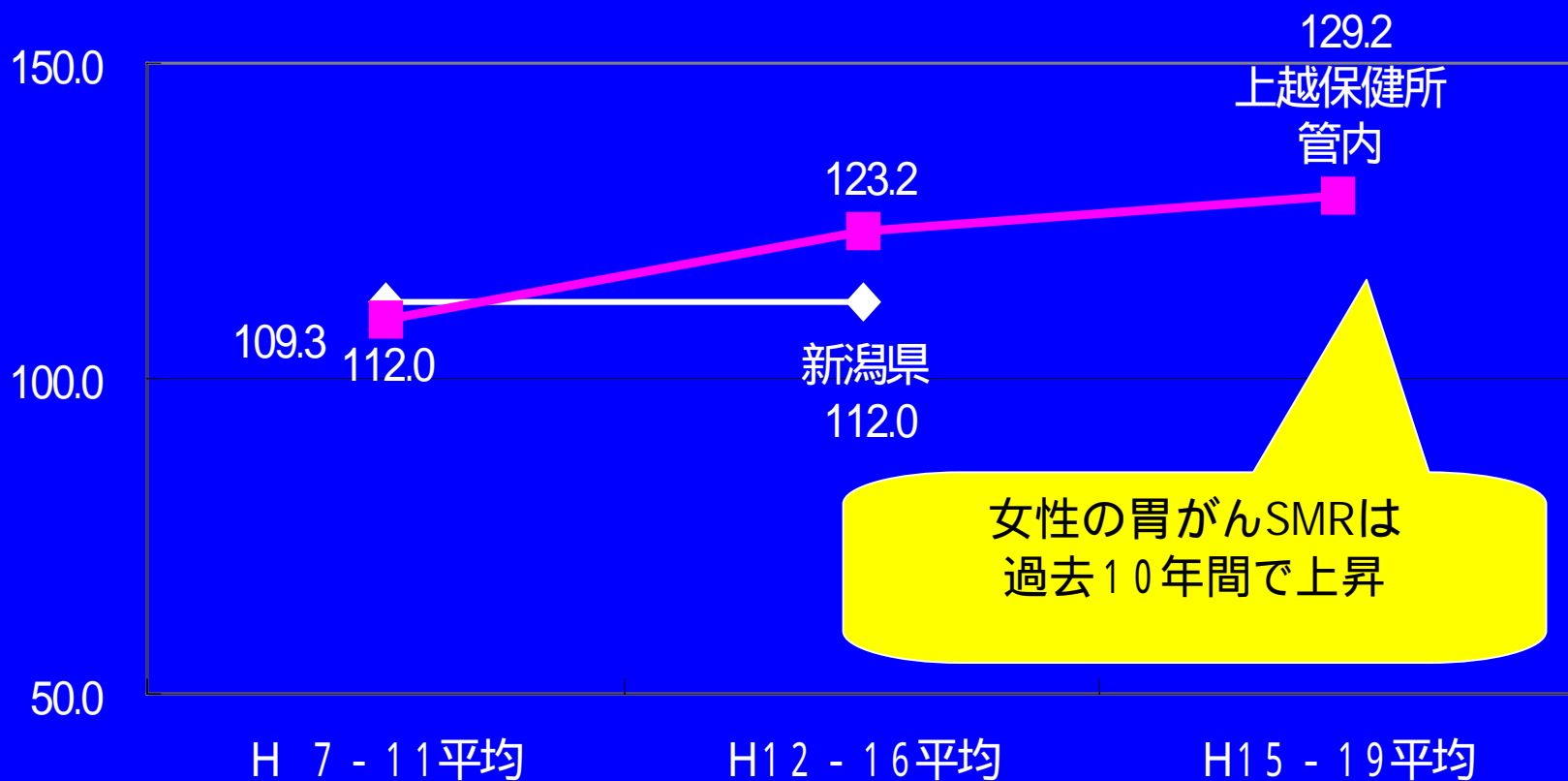
胃がん SMRの推移(上越保健所管内 男性)



胃がんSMRの推移(女性)

各SMR: 合併後市町村で計算

胃がんSMRの推移(上越保健所管内 女性)



～では、死亡率が高いのは胃がんだけなのでしょうか？～

人口10万対がん死亡率の推移

新潟県の状況	平成18年 全国順位	平成19年 全国順位
肺がん	21	9
胃がん	4	3
大腸がん	4	3
乳がん	19	8
子宮がん	40	29

粗死亡率で見た場合、
人口構造の
高齡化もあり、

胃がんだけでなく、
肺がん
大腸がん
乳がん

の死亡率も全国上位

(人口

動態統計)

がんは予防できるのでしょうか？

国立がんセンター がん情報対策センター

日本人のためのがん予防法

～ 現状において推奨できる科学的根拠に
基づくがん予防法～

生活習慣とがんの関連*

関連の強さ	リスクを下げるもの		リスクを上げるもの	
	要因	関連するがんの種類	要因	関連するがんの種類
確実	身体活動	結腸がん	喫煙	口腔がん、咽頭がん、喉頭がん、食道がん、胃がん、肺がん、膵臓がん、肝臓がん、腎臓がん、尿路がん、膀胱がん、子宮頸部がん、骨髄性白血病
			他人のたばこの煙	肺がん
			過体重と肥満	食道（腺がん）、結腸がん、直腸がん、乳がん<閉経後>、子宮体部がん、腎臓がん
			飲酒	口腔がん、咽頭がん、喉頭がん、食道がん、肝臓がん、乳がん
可能性大	野菜・果物	口腔がん、食道がん、胃がん、結腸がん、直腸がん	加工肉	結腸がん、直腸がん
	身体活動	乳がん	塩蔵品および食塩	胃がん
			熱い飲食物	口腔がん、咽頭がん、食道がん

2. 「新潟県がん対策推進計画」

(1) 計画の策定

時期	国	新潟県
平成19年4月	「がん対策基本法」施行	新潟県がん対策推進条例施行(3月)
(同) 6月	「がん対策推進基本計画」	
平成20年7月		新潟県がん対策推進計画

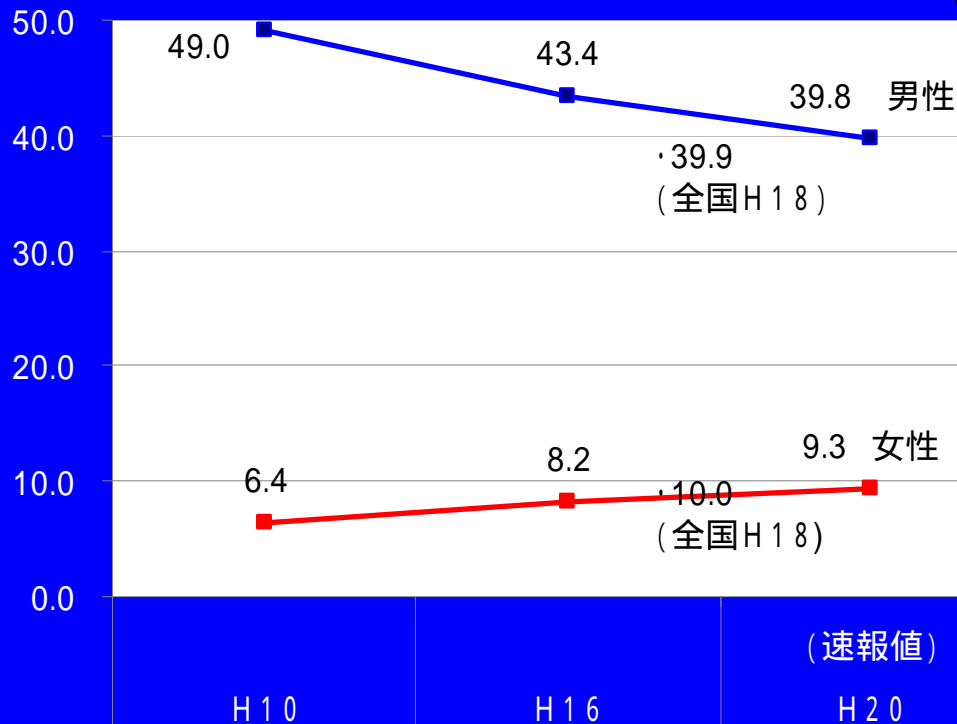
～ 計画の進捗状況 ～

平成20年県民健康・栄養実態調査結果(速報値)

H21.10月

喫煙率は全国平均並み

習慣的に喫煙している人の割合(成人)



「習慣的に喫煙傾向のある者」

新潟県の目標
(平成24年)
男性 39%
女性 5%

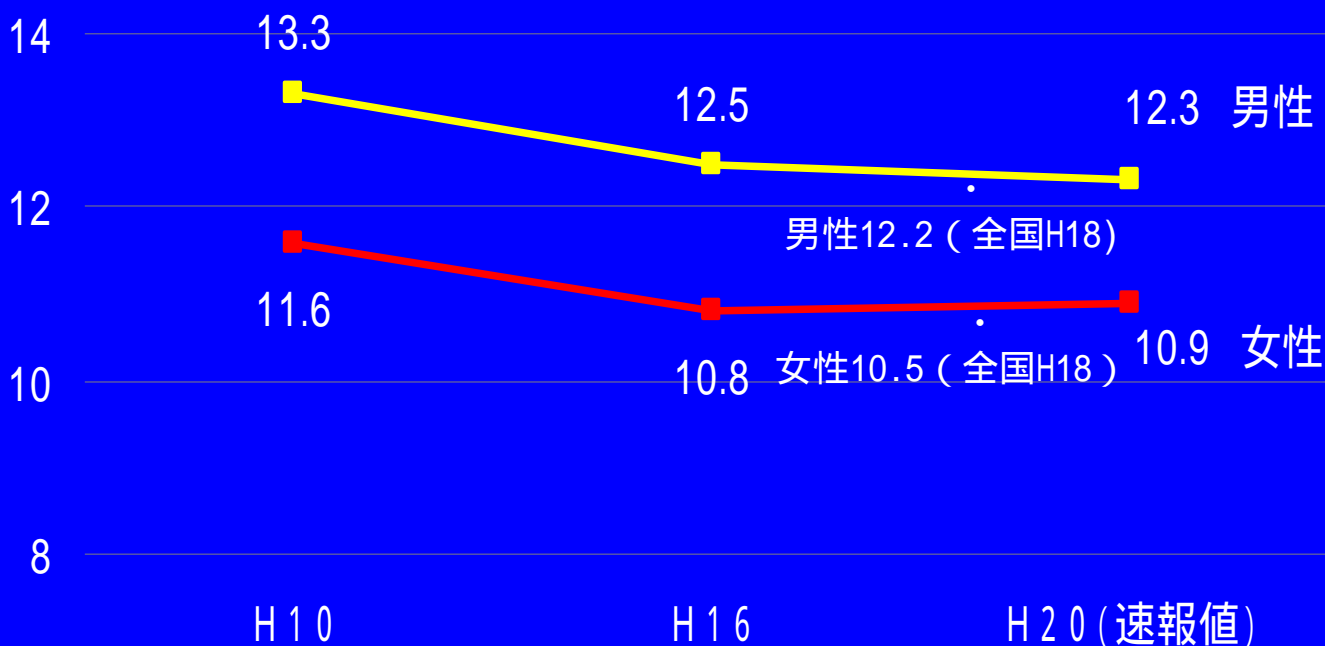
男性は減少傾向にあり、目標に近づいたものの、女性は増加傾向。

食塩摂取は全国平均並に近づきつつある

平成20年県民健康・栄養実態調査結果(速報値)

H21.10月

一日当たりの食塩摂取量(グラム) (新潟県・成人)



一日当たりの
食塩摂取量

新潟県の目標
(平成24年)
10g未満
(男女とも)

昭和46年の
摂取量は
20.4gでし
た。

男性は減少傾向。
女性は下げ止まり。

野菜摂取量も目標に近づく

平成20年県民健康・栄養実態調査結果(速報値)

H21.10月

一日当たりの野菜摂取量(グラム) (新潟県・成人)



一日当たりの野菜摂取量は
新潟県の目標(平成24年)
350g(男女とも)

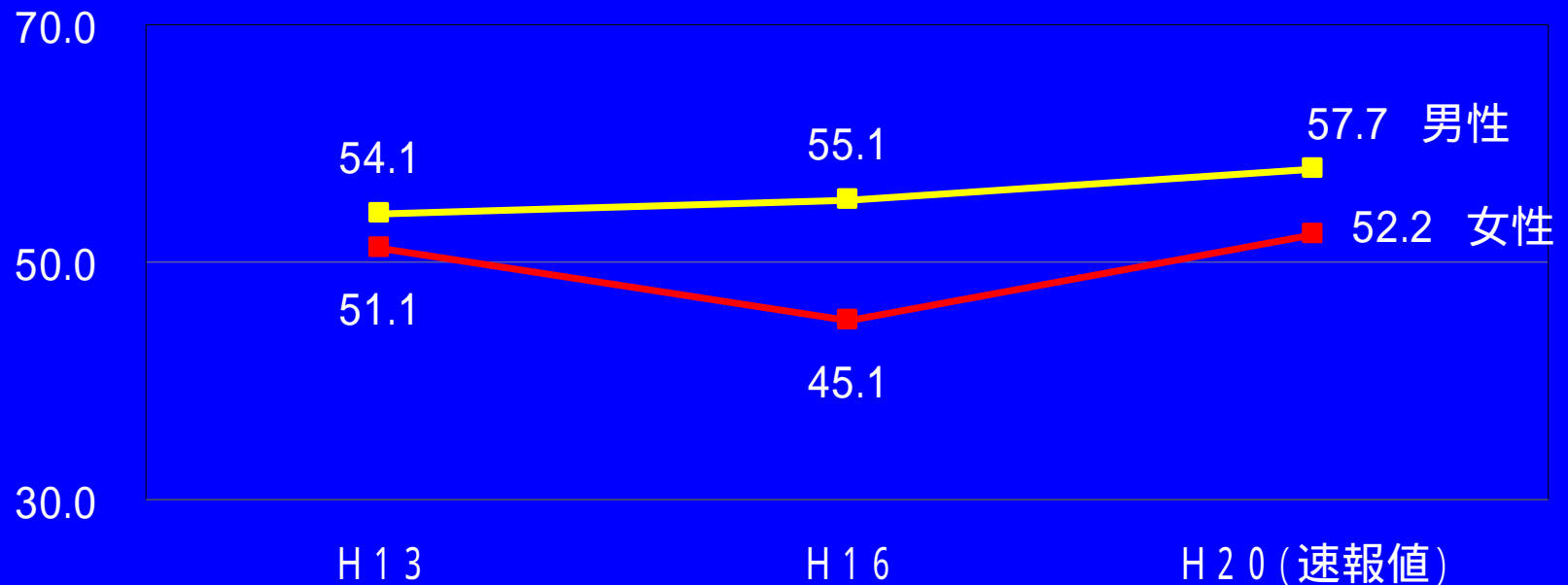
H16年に316gに減少したものの、
目標近くに回復

運動面は・・・

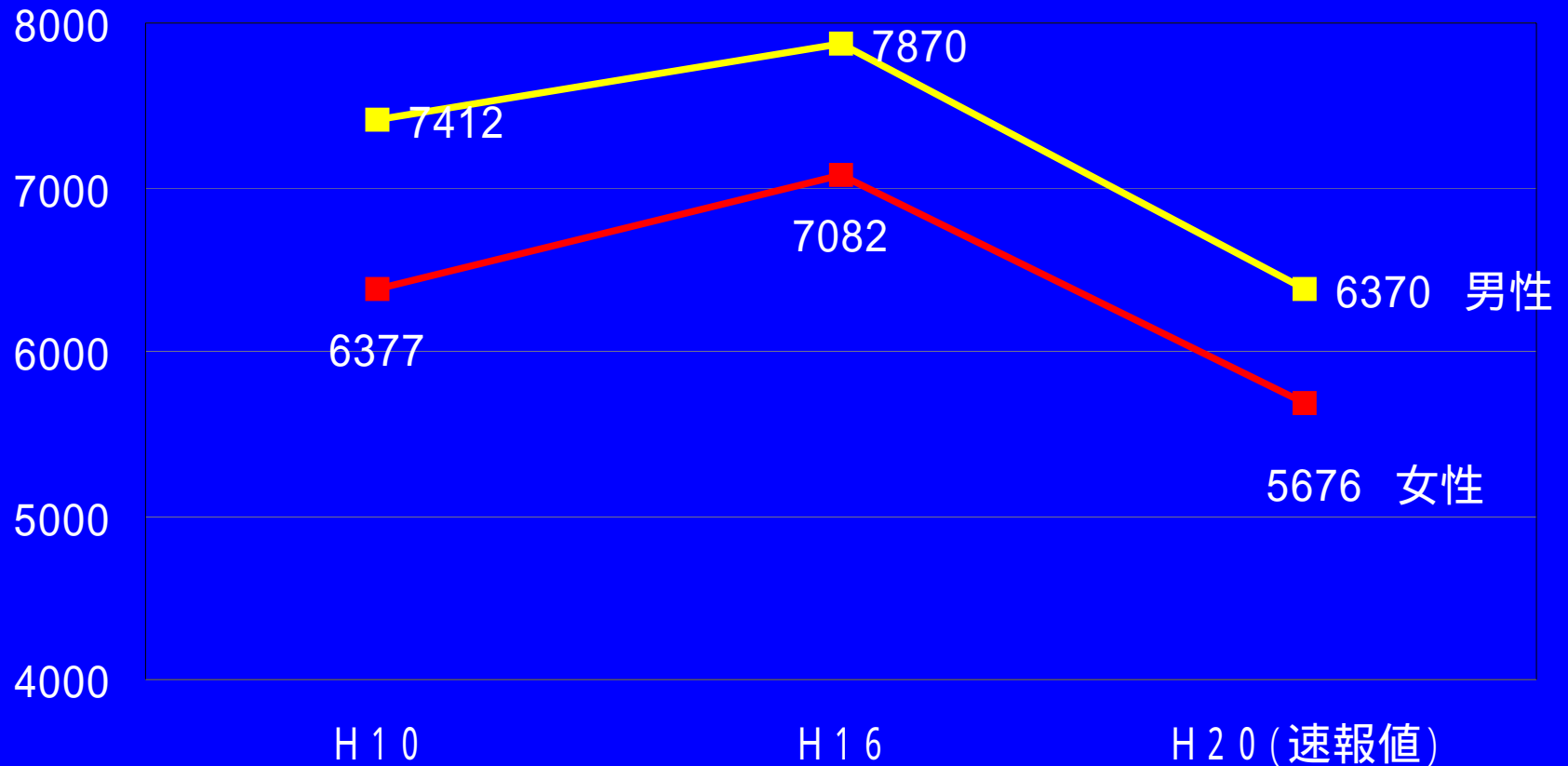
平成20年県民健康・栄養実態調査結果(速報値)

H21.10月

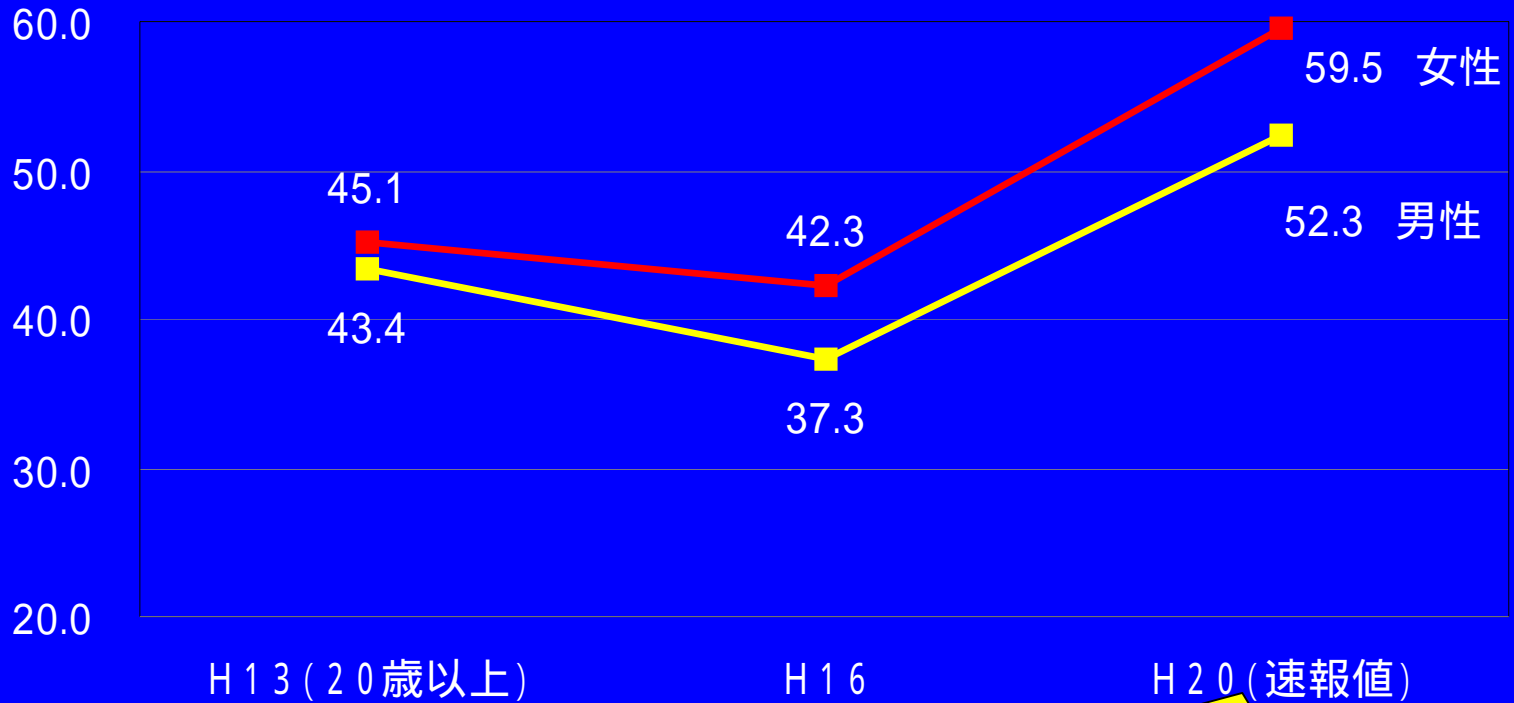
日頃から日常生活の中で、健康の維持・増進のために
意識的に体を動かすなどの運動をしている人の割合
(新潟県・20歳以上)



一日当たり平均歩数 (新潟県・15歳以上)



一日の歩数が6000歩未満の人の割合 (新潟県・15歳以上)



意識的に体を動かすように気をつけている人は50%以上と将来に向けて期待の持てる数値であるものの、

現状では、一日の歩数が6000歩未満の者も
男性52.3% 女性59.5%と厳しい状況

(2) がん死亡を減らすための「3つの柱」

1 たばこ対策

- ・ 飲食店での受動喫煙防止の徹底 民間の飲食店での禁煙・分煙を促進
～ 禁煙・分煙登録施設にご登録ください～
～ 健康づくり支援店の取り組み 上越地域～

2 がん検診の促進

実施主体である市町村での取り組み

- ・ がん検診受診率の向上
 - ・ がん検診における要精検者の精検受診率の向上
- 県民への働きかけ
- ・ がん検診受診者数の増加

3 医療の均てん化

がん診療連携拠点病院を中心とした地域連携
地域がん診療連携拠点病院 4 圏域・ 8 病院
(上越地域)・ 県立中央病院 ・ 新潟労災病院

これらを積み重ね
目標達成を目指す

2016年までに
がん死亡率
(75歳未満年齢調整)
20%低減

食生活改善(減塩など)や運動の普及促進による一次予防

～新潟県では～

- ・ 観光振興も視野に入れたウォーキング等運動習慣の普及
- ・ 健康ビジネスの創出～新潟県健康関連ビジネスモデル推進事業

「禁煙・分煙宣言施設登録」事業について ～ご紹介～



職場における「受動喫煙防止対策」の推進を目指して

健康増進法第25条(受動喫煙の防止)、「職場における喫煙対策のためのガイドライン」において、施設の管理者は受動喫煙を防止するために必要な措置を講ずるよう努めなければならないと明記。

職場において、「禁煙」もしくは「専用の喫煙所を設けた空間分煙」に取り組みましょう。



現在、管内の「禁煙・分煙宣言施設登録」施設数は643施設
(H21.9月末現在)

(学校、保育園、病院、薬局、公民館、事業所など)
登録いただいた施設には、ステッカーをお渡ししています。

申請、お問い合わせは・・・

上越地域振興局健康福祉環境部(上越保健所)



「にいがた健康づくり支援店」とは？

このステッカーが目印！

現在、上越・妙高市内で191店舗

(平成21年11月末現在)

飲食店などを利用する方に、健康に配慮した取り組みを行うことで食生活やタバコの受動喫煙防止の面から健康づくりを支援するお店として、新潟県が指定したお店です！

【対象となるお店】

飲食店(食堂、レストラン、すし店、そば店 等)、弁当屋、そうざい販売、仕出し屋、ホテル・旅館、スーパーマーケット、コンビニエンスストア 等



「にいがた健康づくり支援店」の取り組み（1）

「栄養情報の提供」：メニューの栄養成分表示など

栄養情報の
提供



栄養成分表示とは

店内のおすすめメニューや
人気メニューに表示

エネルギー・たんぱく質・脂質・
炭水化物・塩分を表示、または食
事バランスガイドによる表示

栄養成分表示例
3品以上に表示

日替わり定食	
450 円	
エネルギー	680 kcal
たんぱく質	27.5 g
脂質	16.8 g
炭水化物	74.5 g
塩分	3.2 g



バランスよく食べましょう

食事バランスガイドの表示例
5品以上に表示



「サービスの提供」：健康に配慮したサービスを提供

健康に配慮した
サービスの
提供



健康に配慮したサービスとは

お客様のご要望に応じた健康サービス

環境にも
やさしいね!



塩分が気になる人

希望に応じて通常の味より
塩分を1/2または1/3減ら
すことが調節(選択)できる

野菜をたっぷり食べたい人

通常料金で野菜がおかわり
できる

エネルギーが気になる人

ごはんとおかず(主菜)が半
量サイズを選択できる

「にいがた健康づくり支援店」の取り組み（2）

「メニューの提供」：健康に配慮したメニューを提供



健康に配慮した
メニューの
提供



健康に配慮したメニューとは

表示メニューにより基準があります。
5種類のうち2種類以上実施。

とりすぎが気になる栄養素や食品を「ひかえめ」に、不足しがちな栄養素や食品を「たっぷり」になるよう工夫したメニュー

1人分のメニュー(定食・コース料理・丼・めん・弁当)または単品の中に1人分のメニュー(定食・コース料理・弁当)

野菜たっぷり 野菜120g以上



低カロリー エネルギー500kcal以下

おすすめカルシウム カルシウム210mg以上

油ひかえめ 油を使用していない



チキンカツ(揚げ物)



照り焼(とり肉)

1人分のメニュー(定食・コース料理・弁当)

NICEバランス

食事バランスガイドで主食 1.5~2つ (SV)、副菜2つ (SV) 以上、主菜1~2つ (SV) 油を使用した料理は 1 品まで。エネルギー 600~800Kcal、野菜量 120g 以上、食塩 3.5g 以下

「空間の提供」：健康に配慮した空間(たばこの受動喫煙防止)を提供

健康に配慮した
空間の
提供



健康に配慮した空間とは

実施内容により基準があります。
5種類のうち1種類を実施。

禁煙・分煙を実施し、他人のたばこの煙を吸わされない空間

終日禁煙 店内は、終日禁煙にします。

禁煙タイム 禁煙タイムを設けています。

完全分煙 喫煙室を設置し、喫煙室でのみ喫煙が可能です。

禁煙フロア 喫煙フロアと禁煙フロアを分けています。

空間分煙 喫煙席と禁煙席を分けています。

市町村におけるがん一次予防

【 上越市 】

・未受診者への受診勧奨

(文書、家庭訪問、特定健診時にレディース検診の申込受付とリーフレットの配布)
特定保健指導等では ・食事(1日の適正量)指導 ・アルコールの適正摂取指導
・禁煙対策

【 妙高市 】

すこやかライフプラン21(健康増進計画)に基づき、

・バランス食普及事業

(町内会100会場、食推委託、食事、減塩、飲酒)

・町内会の会館の禁煙分煙施設への登録勧奨、

・特定健康診査会場での減塩指導やフードモデルの展示 等

【 糸魚川市 】

予防知識の普及、啓発を目的に

- ・レディース検診受診者に、乳がん・子宮がん予防に関するリーフレット配布
- ・幼稚園と小学校に乳がん検診PRポスター掲示