

青森県がん教育 スライド補助資料

(令和7年3月一部改訂)

青森県がん教育検討委員会

【スライドの使用について】

以下の注意事項を確認し、学校での授業のねらい等に合わせてアレンジして御活用ください。

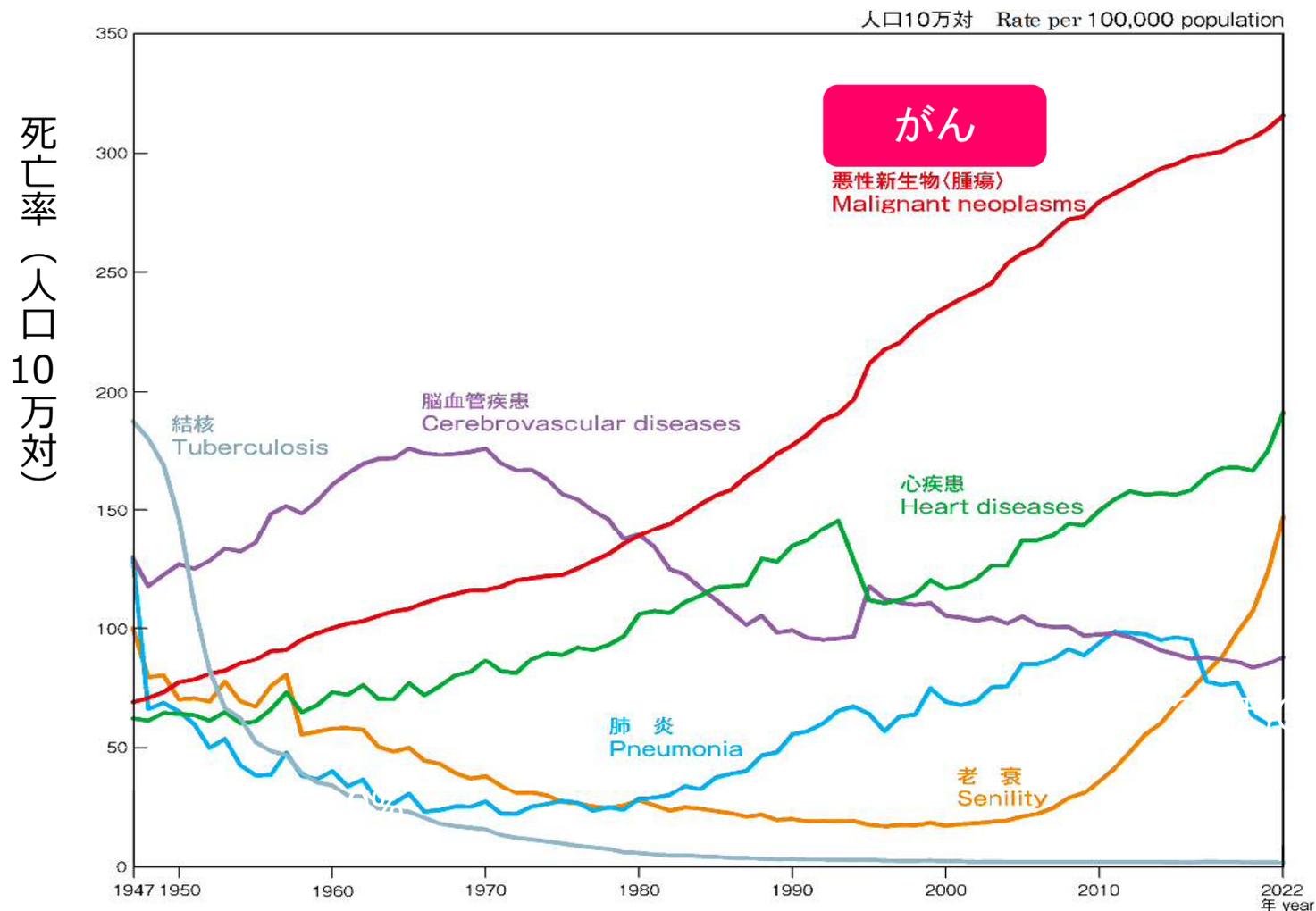
- スライドを使用する際は、引用元である「青森県がん教育検討委員会」を明記してご使用ください。
- グラフや表などのデータは、原則として変更せずに使用してください。また、毎年更新される統計と3年毎に更新される場合があります。データの情報元のサイトにて確認してください。

1. がんという病気

モジュール1

青森県がん教育検討委員会

がんは、日本人の死因のトップです。



出典:国立がん研究センターがん情報サービス「がんの統計 2024」
情報元:厚生労働省 令和4年(2022)人口動態統計(確定数)の概況 より

がんはひとにうつるのでしょうか？

がんはうつる病気ではありません。

では、がんはどこにでも発生するのですか？

がんはすべての臓器に発生する可能性があります。

また、「がん」という名称は用いられていませんが、白血病もがんの一種です。

がんにかかる原因は…

がんにかかる原因となるのは、
次のうちどれでしょうか？

1. 塩分
2. 細菌感染/ウイルス感染
3. タバコ
4. お酒

1 次予防

がんにならないように、
生活習慣に注意する。

でも、生活習慣に十分に注意
していてもがんになることは
あります。

2. 日本のがんの現状 青森県のがんの現状

モジュール2

青森県がん教育検討委員会

問題です

がん死亡率が最も高い都道府県はどこでしょう？

がん死亡率の最も高い都道府県はどこでしょう？

〈がん（全部位）の75歳未満年齢調整死亡率〉

	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年	2023年
第1位	青森県									
第2位	北海道	秋田県	秋田県	鳥取県	北海道	秋田県	北海道	北海道	北海道	北海道
第3位	鳥取県	鳥取県	北海道	北海道	秋田県	鳥取県	長崎県	秋田県	秋田県	岩手県
第4位	秋田県	北海道	鳥取県	秋田県	長崎県	高知県	秋田県	福島県	宮崎県	秋田県
第5位	佐賀県	大阪府	高知県	岩手県	岩手県	北海道	宮崎県	沖縄県	岩手県	福岡県

出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」（人口動態統計）

生涯のうちがんになる率は・・・

日本人が生涯のうちがんになる確率は、
男性65.5%、女性51.2%です。

一生のうち、2人に1人はがんを患う
可能性があります。

出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」（最新がん統計）

青森県のがんの現状①

青森県で罹患率が高い「がん」は何がんでしょうか？

1. 肺がん
2. 胃がん
3. 大腸がん
4. 乳がん

出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」（全国がん登録）

臓器別がん罹患率順位（青森県）

＜臓器別がん年齢調整罹患率の順位（2020年）＞

1位 大腸がん

男性1位 大腸がん

女性1位 乳がん

2位 乳がん

男性2位 肺がん

女性2位 大腸がん

3位 肺がん

男性3位 胃がん

女性3位 子宮がん

4位 胃がん

男性4位 前立腺がん

女性4位 肺がん

5位 膵臓がん

男性5位 肝臓がん

女性5位 胃がん

※上皮内がん除く

出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」（全国がん登録）

青森県のがんの現状②

青森県で最も死亡率が高い「がん」は、次のうちどれでしょう？

1. 胃がん
2. 肺がん
3. 大腸がん
4. 乳がん

出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」（人口動態統計）

青森県で最も死亡率が高い「がん」は何でしょうか？

<臓器別がん75歳未満年齢調整死亡率の順位（2023年）>

1. 肺がん

男性1位 肺がん

女性1位 乳がん

2. 大腸がん

男性2位 大腸がん

女性2位 大腸がん

3. 胃がん

男性3位 胃がん

女性3位 肺がん

4. 膵臓がん

男性4位 膵臓がん

女性4位 子宮がん

5. 肝臓がん

男性5位 肝臓がん

女性5位 膵臓がん

出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」（人口動態統計）

3. がんの発生と進行

モジュール3

青森県がん教育検討委員会

がん細胞の進行

はじめは目に見えない大きさのがん細胞が、1 cm くらいになるまでに10～30年かかります。では、その後2 cmくらいになるまでには、何年かかるでしょうか？



- ① 1 ～ 2 年
- ② 5 ～ 10 年
- ③ 10 ～ 20 年
- ④ 30 年以上

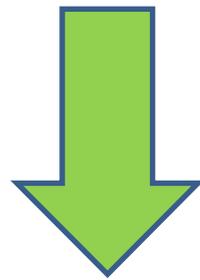
4. がんの予防

(主に喫煙について)

モジュール4

青森県がん教育検討委員会

がんは予防できるのでしょうか・・・？



がんは予防することができます。

答えは・・・

健康的な生活習慣を生活に取り入れることで、がんになるリスクを減らすことができます。

がんを防ぐための新12か条

1条 たばこを吸わない	7条 適度に運動
2条 他人のたばこの煙をできるだけ避ける	8条 適切な体重維持
3条 お酒はほどほどに	9条 ウイルスや細菌の感染予防と治療
4条 バランスのとれた食生活を	10条 定期的ながん検診を
5条 塩辛い食品は控えめに	11条 身体の異常に気づいたら、すぐに受診を
6条 野菜や果物は不足にならないように	12条 正しいがん情報でがんを知ることから

出典「がんを防ぐための新12か条」 (公益財団法人がん研究振興財団)

がん発生を予防するには・・・

- たばこ（煙）を吸わない
- お酒はほどほどに
- 食生活を見直す
- 身体を動かそう
- 適正体重を維持しよう

たばこによるがんのリスク

肺がんの原因になるのは
何でしょうか？

1. タール
2. ニコチン
3. 一酸化炭素

たばこによるがんのリスク

たばこを吸う男性が肺がんで死亡する危険性は、吸わない男性の何倍？

1. かわらない
2. 約2倍
3. 約3倍
4. 約5倍

喫煙はがんの危険性を高めます。

たばこの煙には約5,300種類以上の化学物質が含まれ、そのうち発がん性物質は約70種類含まれています。

たばこを吸っていなければ、日本人全体では毎年約9万人ががんにかからなくて済みます。

喫煙率が高い上位5県（2022年）

	総数	男	女
ワースト1位	福島県	福島県	北海道
ワースト2位	青森県	青森県	福島県
ワースト3位	北海道	秋田県	青森県
ワースト4位	岩手県	岩手県	茨城県
ワースト5位	栃木県	栃木県	大阪府

出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」より

1 次予防

がんにならないように、
生活習慣に注意しよう。

でも、生活習慣に十分に注意
していても、がんになること
はあります。

5. 検診の意味

モジュール5

青森県がん教育検討委員会

「がん」は「早期発見」すれば、
何%が治るでしょう？

1. 約10%
2. 約50%
3. 約70%
4. 約90%

がん検診を受診することが大切

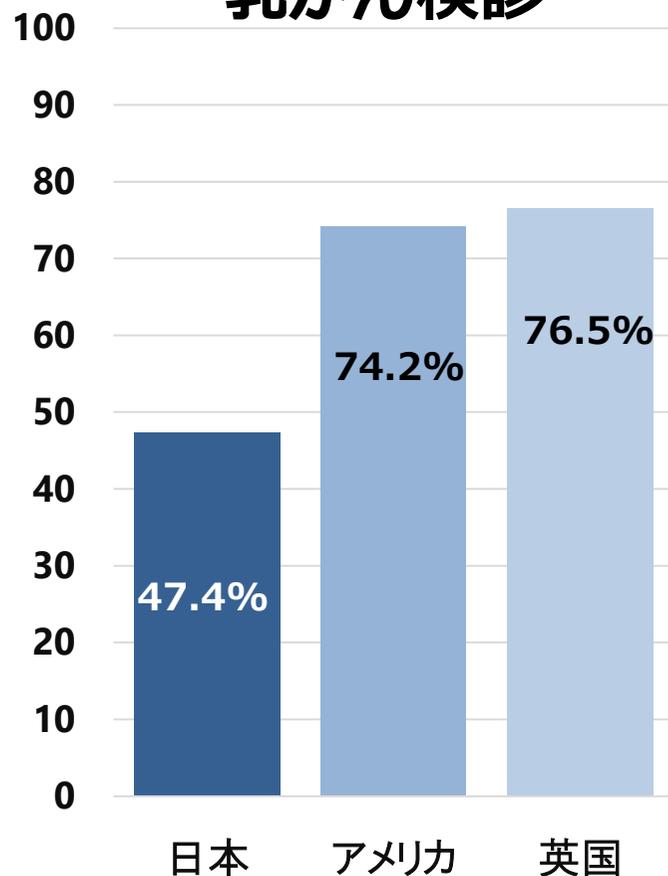
早期がんは、痛みなどの自覚症状がないので、早期発見するには検診を受診しなければなりません。

また、早期発見できる期間は、決して長くはありません。乳がんでは1～2年間とも言われます。

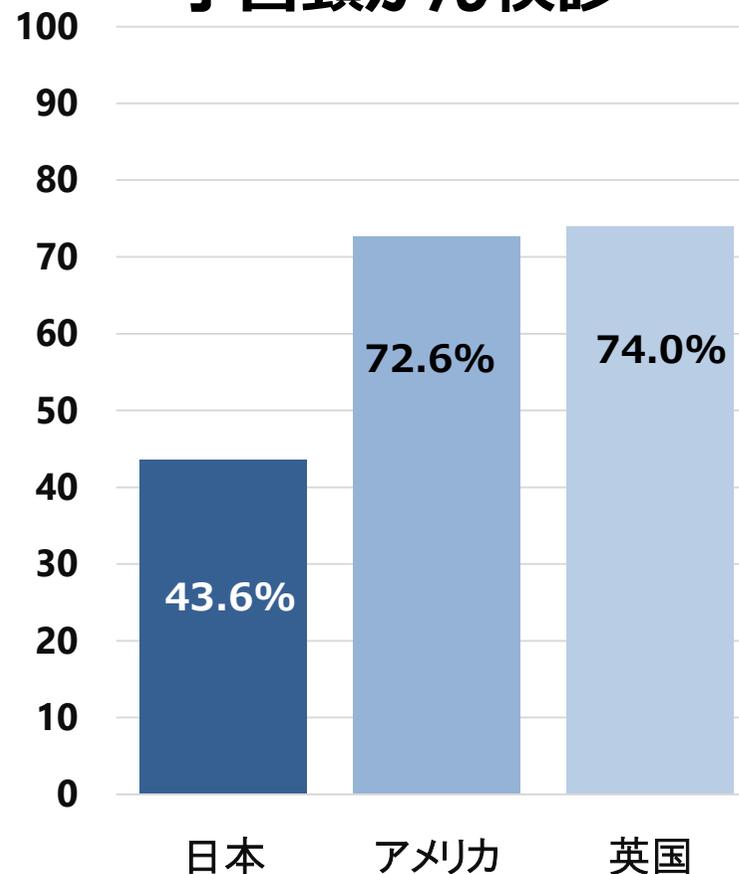
早期発見するには定期的に「がん検診」を受診することが大切です。

世界のがん検診受診率

乳がん検診



子宮頸がん検診



※受診率は、日本は2022年、アメリカは2019年、英国は2020年のものである

出典：厚生労働省「第39回がん検診のあり方に関する検討会（令和5年8月9日）」参考資料6より、一部改変

青森県のがん検診受診率

青森県の「がん検診」受診率は、
何%でしょうか？

青森県のがん検診受診率

がん検診受診率（2022年）

	総数		男		女	
	全国	青森県	全国	青森県	全国	青森県
胃がん	41.9%	45.3%	47.5%	49.6%	36.5%	41.1%
大腸がん	45.9%	51.1%	49.1%	53.5%	42.8%	48.7%
肺がん	49.7%	55.3%	53.2%	57.0%	46.4%	53.6%
乳がん	47.4%	47.1%	—	—	47.4%	47.1%
子宮頸がん	43.6%	43.6%	—	—	43.6%	43.6%

出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」

がん検診と健康診断(健診)は違います！

定期健診：対象の病気を定めず、身体に異常がないかどうかを調べます。

がん検診：身体にがんがあるかどうかを調べます。

自覚症状がある人は、まずは医療機関を受診します。

2次予防

早く見つけてがんを治すこと。

早期に診断し、適切に治療することができれば、治せる可能性が高く、身体的負担や経済的・時間的負担が軽くなります。

6. がんの治療で大切なこと

モジュール6

青森県がん教育検討委員会

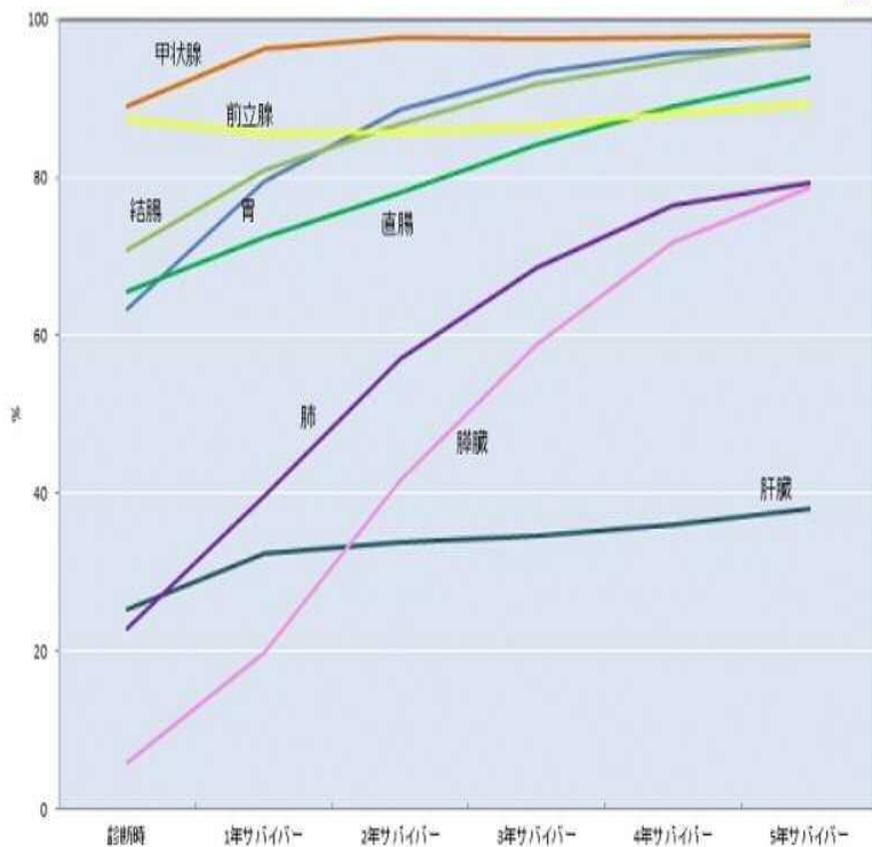
がんが治る確率は・・・

「がん」が治る確率は、
どれぐらいでしょう？

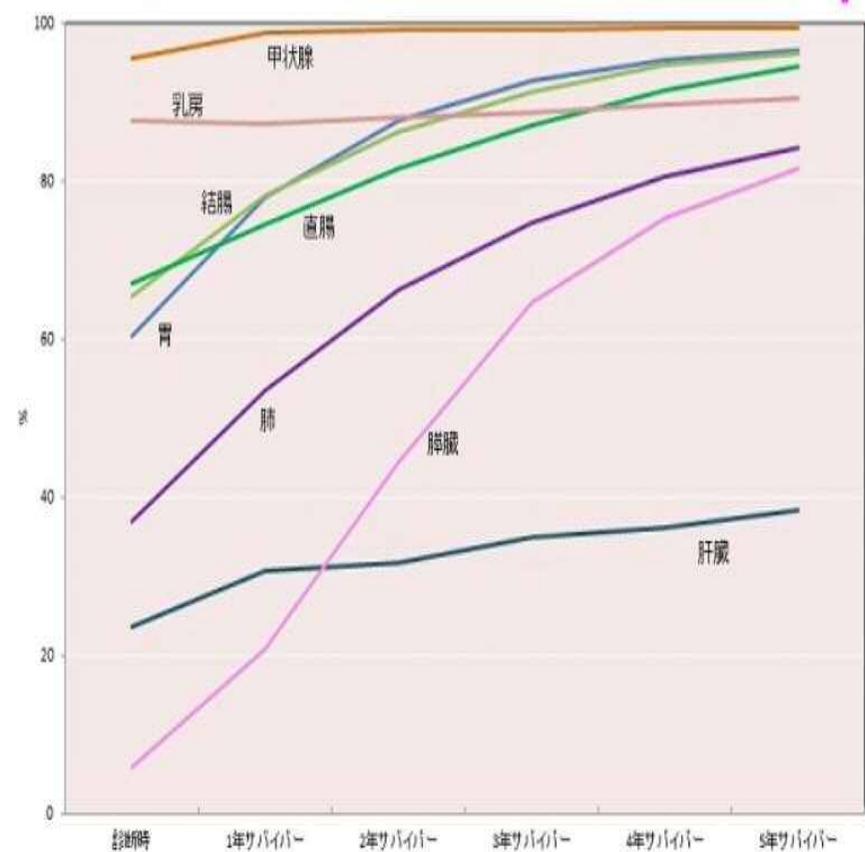
1. 80%
2. 60%
3. 40%
4. 20%

がん治療の成績は向上しています。

サバイバー5年相対生存率
[男性(15~99歳) 2002年~2006年追跡例(ピリオド法)]



サバイバー5年相対生存率
[女性(15~99歳) 2002年~2006年追跡例(ピリオド法)]



https://ganjoho.jp/reg_stat/statistics/stat/summary.html がん情報サービス「最新がん統計」

7 がん治療の支援

モジュール7

青森県がん教育検討委員会

“緩和ケア”って知っていますか？

緩和ケアは、がんに伴う心と体のつらさを和らげます。

がんになっても生活の質を高めることができます。

緩和ケアについて

「緩和ケア」はどの時期から
始められるのか？

1. 診断を受けた時
2. 手術を受ける時
3. 抗がん薬を受ける時
4. 抗がん薬の効果がなくなった時

困ったときはどこに相談すればいいの？

がん相談支援センターがあります。

診断から治療、療養、生活全般にわたって、がんに関する様々な相談をすることができます。

がんの治療はお金がかかるの？

「がん」の治療はお金がかかるの？

お金は大事！

治療が始まる前に、

- ・費用がどのくらいかかるか

「**確認**」すること

- ・保険証や必要な認定証などを

「**準備**」すること

が大事です。

8. がん患者のおもい

モジュール7

青森県がん教育検討委員会

考えてみましょう。

がん患者は、どう接してほしい
と思いますか？

がん患者さんは・・・

ひとりの人間として自分を理解されたい。

がんになったからといって、
「その人らしさ」が失われてしまう
わけではありません。

患者や家族の多くは、周りの人
に対して、**これまでと同じように**
接してほしいと望んでいます。

9. がん患者とともに生きる社会

モジュール7

青森県がん教育検討委員会

みんなで話し合ってみよう。

がん患者が暮らしやすい社会とは
どのような社会なのでしょう？

がんについて
周囲の理解がある

がんの治療に
協力を得られる

がんのことで知りたいときは・・・

「がん教育」（文部科学省）

https://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/hoken/1370005.htm

「がん情報サービス」（国立がん研究センター）

<https://ganjoho.jp/public/index.html>

「がん対策情報」（厚生労働省）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/gan/index.html

「知っておきたいがん検診」（日本医師会）

<https://www.med.or.jp/forest/gankenshin/>

「青森県がん情報サービス」（青森県）

<https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kenko/ganseikatsu/gan-info.html>