



女性のための
「健康づくり応援」講座

明治安田生命 Presents

「がん」から
わたしの未来を守る
おさえしておきたい
3つのポイント

明治安田生命

Contents

- ① 女性のライフサイクルと病気
- ② 子宮頸がんをもっと身近に
- ③ 乳がんから身を守ろう
- ④ 乳がん治療と費用のはなし
- ⑤ 公的医療保険制度
- ⑥ まさかに備える



がんは「怖い病気」、でしょうか

がんは「怖い病気」から、
「早く見つけて早く治す」病気に
かわりつつあります

女性のライフサイクルと病気との関係性や
がんの現状、予防や治療法、
早期発見の重要性を
確認していきましょう

1

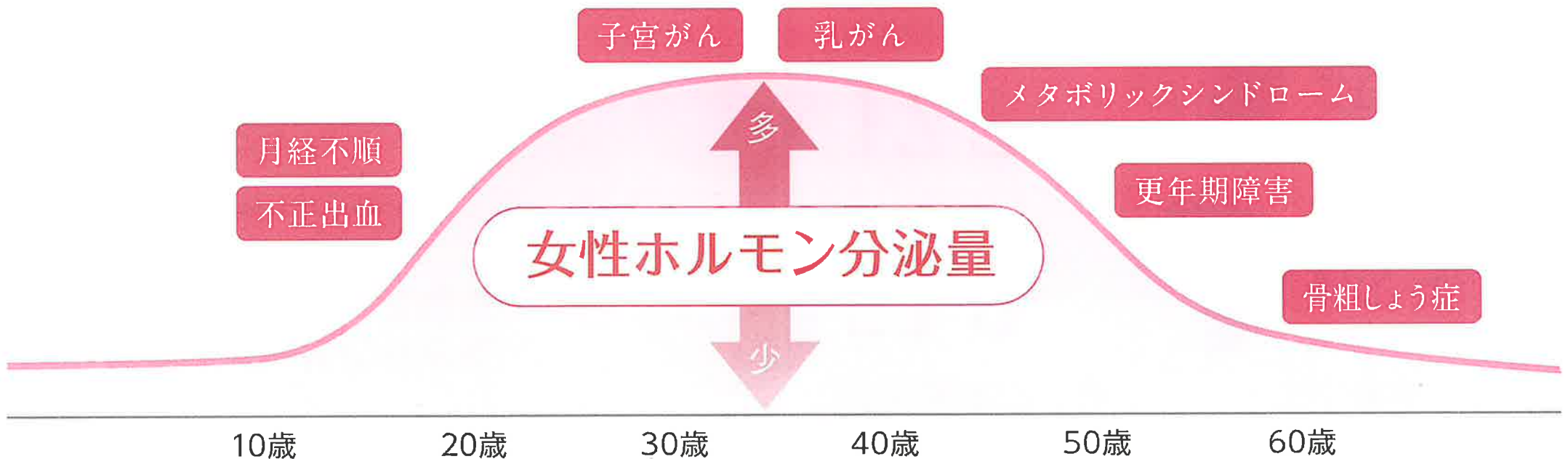


女性の ライフサイクル と病気

◎「女性のライフサイクル」と「ホルモンのからだへの影響」

ホルモンバランスの変化は、女性特有の心身の変化や不調、
ときには病気をもたらすことがあります

●女性ホルモン（エストロゲン）がもたらす体の変化・主な症状



なかでも「がん」は、身体だけでなく生活環境にも大きな影響を及ぼします

◎ がんに関する統計

データをもとにがんの現状を確認してみましょう

日本人が一生のうちに
がんと診断される確率*

(2019 年データ)

*男女ともに高齢になるほど高くなる傾向にあります

女性



男性



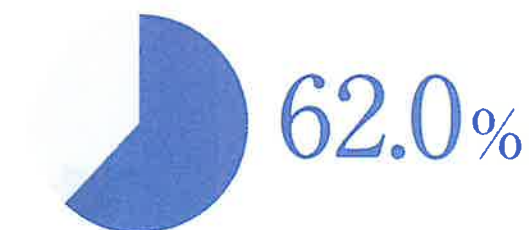
日本人ががんで
死亡する確率

(2021 年データ)



がんと診断された人の
5年相対生存率

(2009 年～ 2011 年データ)



出典：国立がん研究センター 最新がん統計のまとめ

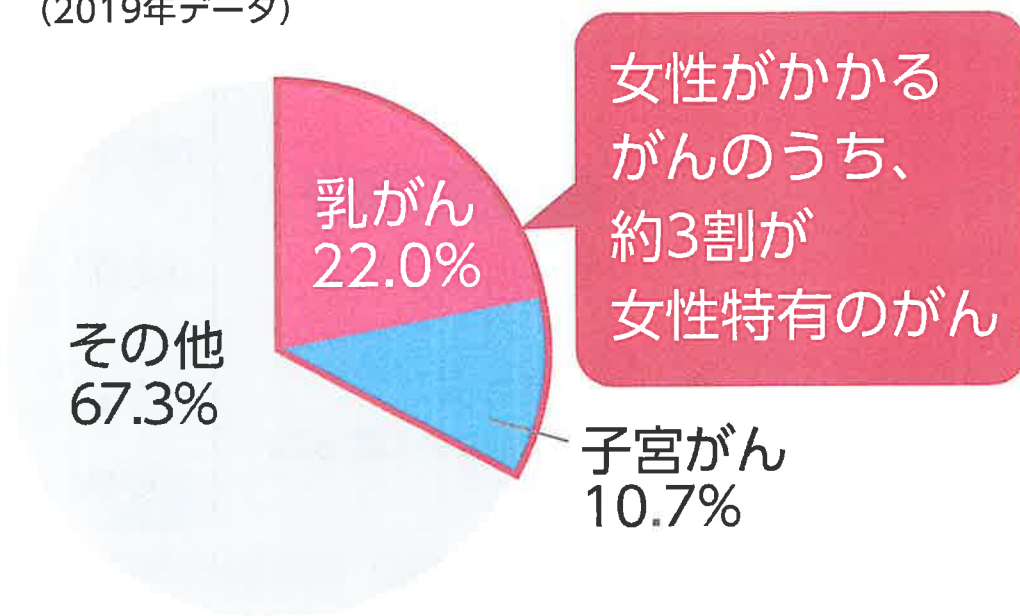
女性特有の「がん」について確認しましょう

5

◎ がんの現状

がんのなかでも、女性特有のがんの割合は大きく、罹患や死亡のリスクが高まっています

● 女性のがんの罹患割合（全年齢） （2019年データ）



出典：国立がんセンター 最新がん統計のまとめ

● 主要部位の近年の傾向（女性）

罹患

膵臓・乳房*・子宮頸部*
子宮体部・甲状腺
悪性リンパ腫・肺*

* は上皮内がんを含む

増加

死亡

結腸・膵臓・肺・乳房・
子宮頸部・子宮体部・
悪性リンパ腫・大腸

増加

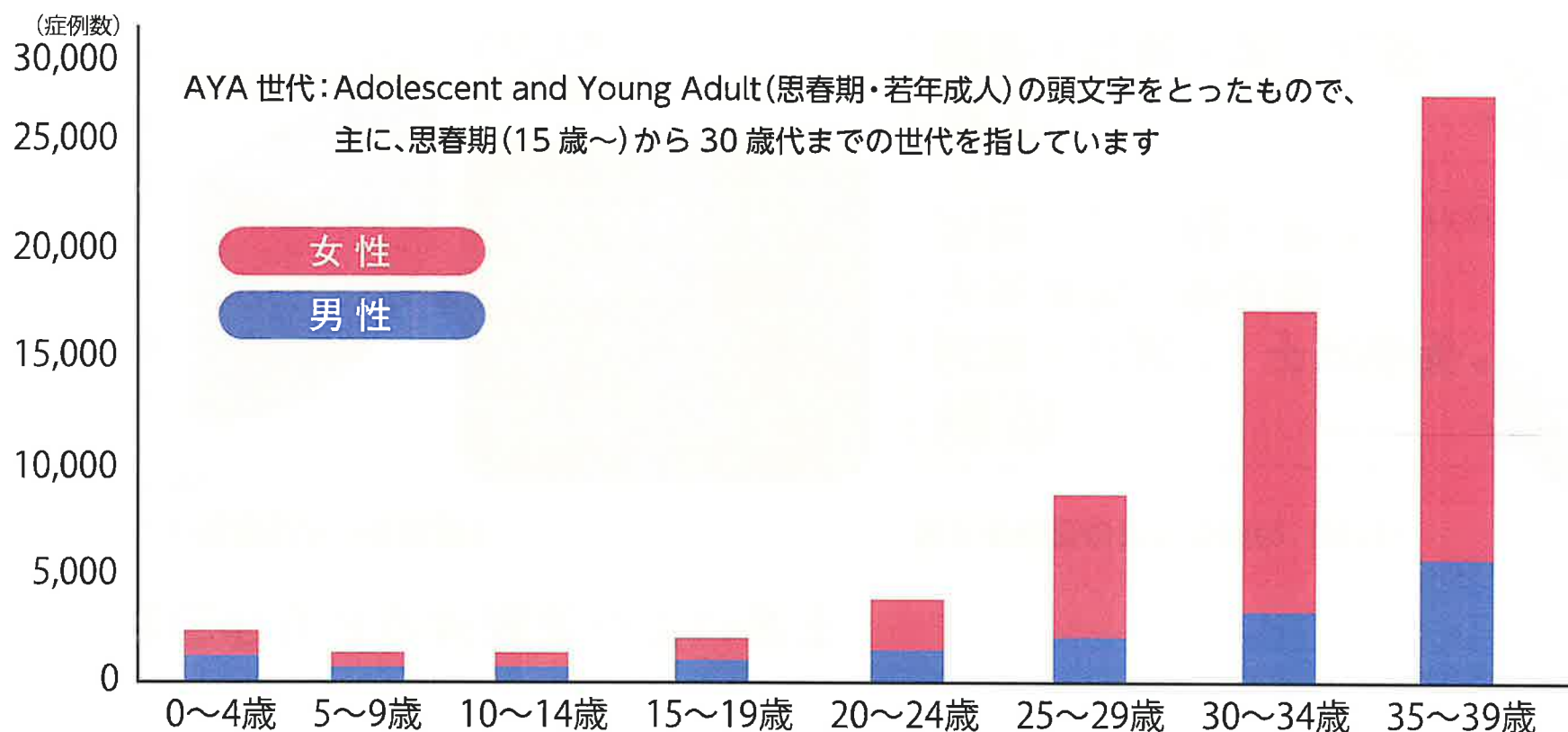
出典：国立がん研究センターのホームページより

がんは、一般的に高齢になるにつれ罹患率が高くなる病気ですが…

◎ 若い年代 = AYA 世代のがんの罹患率

若い世代の がんの罹患率は、圧倒的に女性が多いようです

● 年齢階級別罹患数（男女別、0歳～39歳、2016年～2017年）



出典：国立がん研究センターホームページ「院内がん登録小児・AYA 世代がん集計について（2019年10月18日）より」

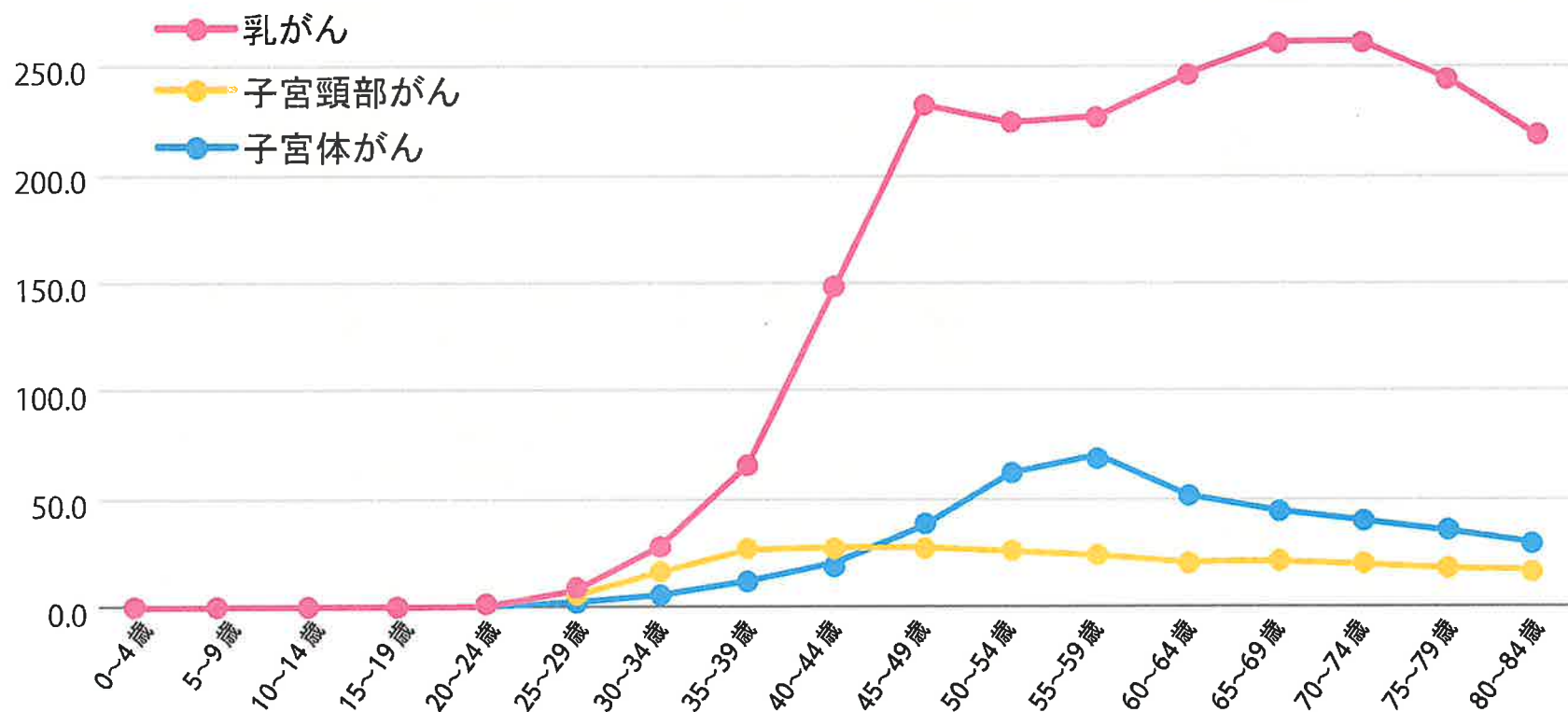
女性ならではの「がん」、いつごろから気をつけておくべきなのでしょうか

◎ 女性特有のがんの年代別罹患率（2019年）

子宮頸がんは20歳代後半から、乳がんは30歳代後半から罹患率が増えています

● 全国年齢階級別罹患率（人口10万対）

（対人口10万人） 300.0



出典：国立がん研究センター 全国がん登録に基づくがん罹患数

自分や家族の人生を大きく変えてしまうかもしれない病気＝「がん」とは
どのようなものなのでしょうか

まずは知ることが大切です

「女性特有のがん」

どのような病気なのか？

予防法はあるのでしょうか？

治療法は…？

専門家の意見・知見から

現状を確認しましょう



2



子宮頸がんを
もっと身近に

DVD 視聴

子宮頸がんを もっと身近に!



行徳総合病院
婦人科医

坂本愛子 先生



坂本先生のお話のポイント①

子宮頸がんはどのような病気？

- 子宮頸部にできるがん
- 誰もが感染する可能性のある病気
- HPV（ヒューマンパピローマウイルス）が主な原因
- 若い年代からみられ、毎年約1万1,000人が発症
- 年に約2,900人が亡くなっている

子宮頸がんは身近な病気です

子宮頸がんについて知ることが、早期の治療につながり
子宮の温存や命を救うことにつながります

子宮頸がんを予防するには

- 子宮頸がんワクチンの接種
- 若いうちからの検診受診
- 体調に変化を感じたら、病院を受診



坂本先生のお話のポイント②

明治安田生命

定期的な検診

早めの受診

もしもの備え



どのくらい身近な病気なのか、改めて確認してみましょう

◎ 年齢別がんの部位別罹患数（2019 年）

女性の場合は、どの年代でも子宮がんと乳がんにかかる人数が多いようです

女性	25～29歳	30～34歳	35～39歳	40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳
1位	甲状腺	乳房	乳房	乳房	乳房	乳房	乳房	乳房	乳房
2位	子宮	子宮	子宮	子宮	子宮	子宮	子宮	大腸	大腸
3位	卵巣	甲状腺	甲状腺	甲状腺	大腸	大腸	大腸	子宮	肺
4位	乳房	卵巣	卵巣	大腸	卵巣	卵巣	肺	肺	胃
5位	悪性リンパ腫	大腸	大腸	卵巣	甲状腺	甲状腺	卵巣	胃	子宮

※大腸がんは結腸がん・直腸がんの合計。腎・尿路がんは膀胱を除きます。子宮がんは子宮頸部がん・子宮体部がんを含みます

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」をもとに当社作成

最も罹患数の多い乳がんについて確認しましょう

いくつになっても
罹患の可能性の高い
「乳がん」

乳がん治療の
最前線について
お話を伺いました



3



乳がんから
身を守ろう

DVD 視聴

乳がんから 身を守ろう!



湘南記念病院
乳がんセンター センター長
土井卓子 先生



土井先生のお話のポイント

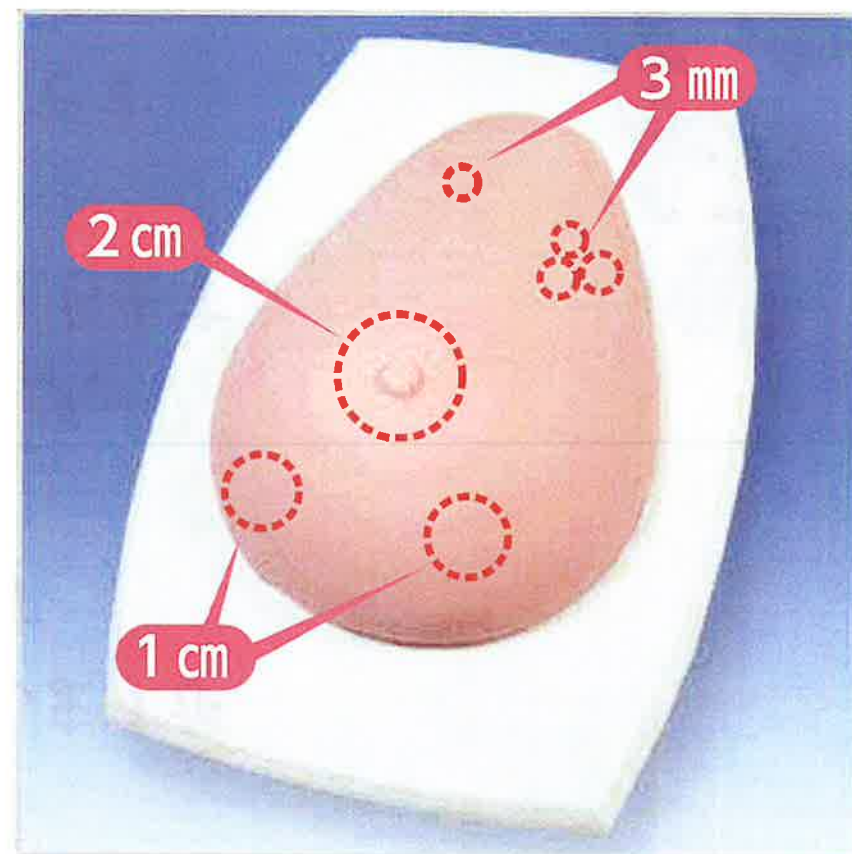
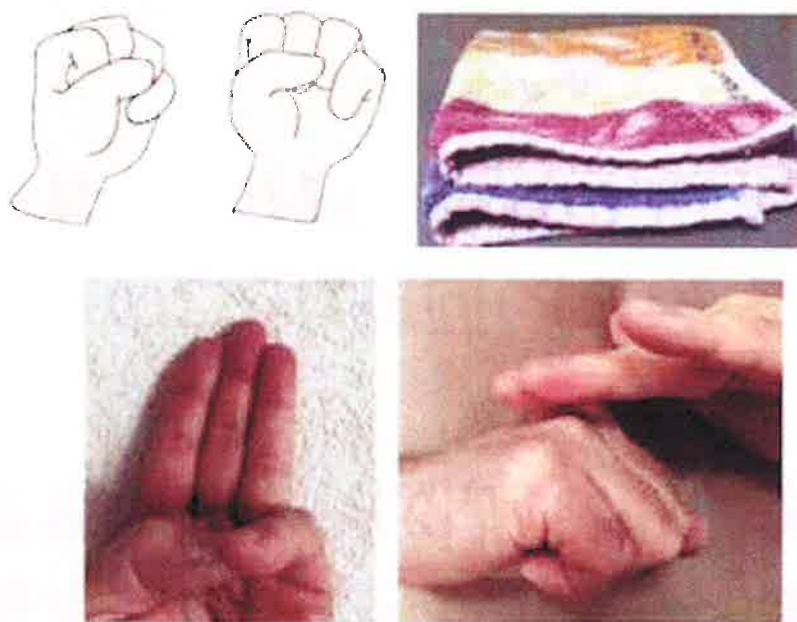
毎年多くの女性が乳がんを発症しますが、
早期発見すれば怖くない病気です

自分のことは後回しにしがちですが、
子育ても介護も健康の上に成り立ちます

「女性の健康」が「家族の幸せ」です



自己触診〈セルフチェック〉してみたことはありますか？
一緒にやってみましょう！



◎ 乳がんから身を守る「ブレスト・アウェアネス」

「ブレスト・アウェアネス」＝「乳房を意識する生活習慣」を始めてみましょう

- 1 自分の乳房の状態を知る
日ごろから「自分の乳房の状態を知る」ことが
ブレスト・アウェアネスの第一歩です
- 2 乳房の変化に気を付ける
「しこりを探す」よりも、「いつもと変わらないかな?」と
「変化」に気付く意識が大切!
- 3 変化に気がついたら
すぐ医師に相談する
次の検診を待つことなく、
医療機関を受診しましょう
- 4 40歳になったら、2年に1回
乳がん検査を受ける
マンモグラフィは死亡率を減少させることが
科学的に証明された検査方法です

身体の状態や変化を意識すること、それを継続することが大切です

もしも乳がんが見つかったら

治療と費用について
ご存じですか？



4



乳がん治療と 費用のはなし

DVD 視聴

乳がん治療と 費用のはなし



湘南記念病院
乳がんセンター センター長
土井卓子 先生



土井先生のお話のポイント

乳がん・乳がん治療の現状

- ・乳がんは発見しやすい病気
- ・早期に発見すれば治療・根治できる
- ・検診がとても大切
- ・命をできる限り長く快適に大切に
してほしい

治療と費用について

- ・治療方法にはさまざまな選択肢がある
- ・女性のライフステージや生活環境によっては
医師がベストと思う選択肢を選べない場合も
- ・ジェネリック医薬品、バイオシミラー*の活用、
検査の減少など工夫・努力しています

*先行バイオ医薬品(新薬)のバイオ後続品

乳がんは早期発見すれば怖くない病気です

子育てや介護も女性の健康の上に成り立ちます

女性の健康は家族の幸せです

自分らしい日常を普段と変わらない生活をいきいきと過ごせる時間を
めざせるようにしたい

誰もがお金のことを気にせず
必要な治療を安心して受けられる世の中を望みます

もし治療が
必要になったら・・・

公的な医療保険制度
について
確認しましょう



5



公的 医療保険制度

◎ 公的医療保険制度の仕組み

加入する制度により、保障の範囲が異なります

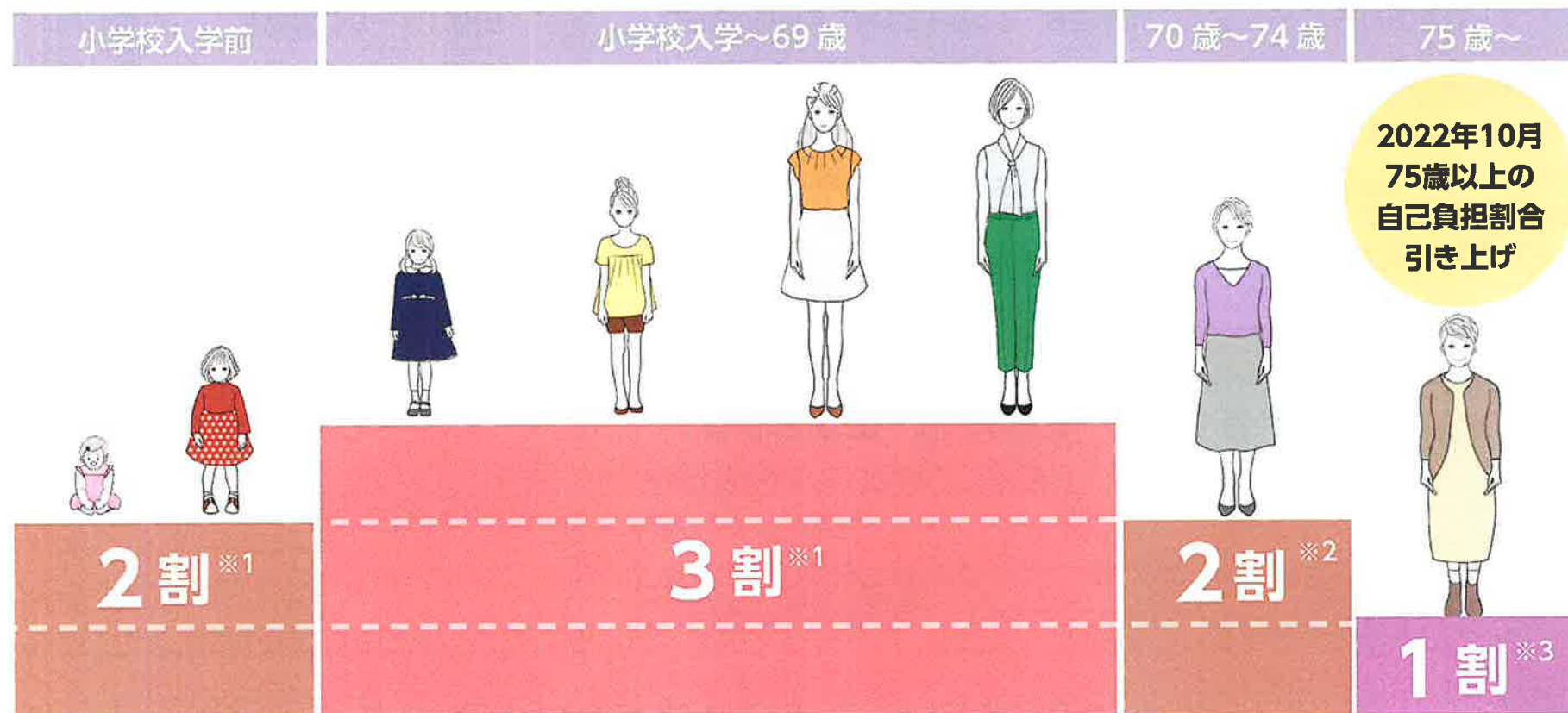
種 類	国民健康 保険 	健康保険 	後期高齢者 医療保険 
医療費の 自己負担	年齢・年収により 異なる	年齢・年収により 異なる*	75歳以上、 所得により異なる
高額療養費	あり	あり*	あり
出産育児 一時金	あり	あり	—
傷病手当金	なし	あり	あり
出産手当金	なし	あり	—

*業務中の病気やケガなどで労災保険が適用された場合、治療に関する費用は労災保険から支払われるため、健康保険の支給対象となりません

医療費の負担割合について確認してみましょう

◎ 医療費の自己負担割合

医療費の自己負担の割合は「年齢」や「年収」などによって異なります



※1 お住まいの市区町村によって自己負担分の一部または全部が助成されることがあります

※2 現役並み所得者は3割です

※3 一定以上の所得がある方は2割、現役並み所得者は3割です

入院や手術が必要になったとき、かかる費用はさまざまです

◎ 病気になったときにかかる医療費など

入院や手術をすることになると、さまざまな費用がかかります

- 手術前の検査費用
- セカンドオピニオン

- 入院費用
差額ベッド代
食事費用、日用品

- 手術にかかる費用
乳房温存術 20～28 万円
乳房切除術・再建術 50～80 万円

- 手術前 / 手術後の治療にかかる費用
抗がん剤
放射線療法 : 5 週間 10～13 万円
ホルモン療法 : 複数年 30～68 万円

放射線療法

温存術後照射

全摘後胸壁、鎖骨上窩照射

1 回 8,000 円～10,000 円

骨転移疼痛除去照射

骨折予防照射

15 回～30 回



土井先生のお話から

薬物療法：ホルモン療法

従来のホルモン療法剤：

タモキシフェン

自己負担は 1 ヶ月 2,300 円～4,200 円 (自己負担割合 3 割の場合)

アロマターゼ阻害剤

自己負担は 1 ヶ月 3,456 円～4,515 円 (自己負担割合 3 割の場合)

新しいホルモン療法剤：

長期間 (5～10 年) 使用

CDK 4/6 阻害剤 (イプランス)

自己負担は 1 ヶ月 140,515 円 (自己負担割合 3 割の場合)

mTOR 阻害剤 (アフィニートール)

自己負担は 1 ヶ月 187,380 円 (自己負担割合 3 割の場合)

非常に高額

再発時の注射剤フルベストラント

自己負担は 1 ヶ月 30,475 円 (自己負担割合 3 割の場合)

また次の薬剤へと高額な薬を次々と長期間継続して使用

※ 高額療養費が適用されるため、1 ヶ月の自己負担限度額が決められています

医療費が高額になったときのために「高額療養費制度」があります

◎ 高額療養費制度

1ヵ月の医療費の自己負担額が一定金額を超えた場合は、その超えた金額が高額療養費として支給されます

● 高額療養費制度1ヵ月あたりの医療費の自己負担限度額

【70歳未満の方】

標準報酬月額	自己負担限度額 (月の初めから終わりまで)	窓口で30万円 (実際の医療費100万円) 支払った場合の 自己負担上限額	多数該当の場合 (4ヵ月目以降)
83万円以上	252,600円+(医療費-842,000円)×1%	254,180円	140,100円
53万円～79万円	167,400円+(医療費-558,000円)×1%	171,820円	93,000円
28万円～50万円	80,100円+(医療費-267,000円)×1%	87,430円	44,400円
26万円未満	57,600円	57,600円	44,400円
低所得者 (住民税非課税など)	35,400円	35,400円	24,600円

高額療養費制度の申請方法

事後 に手続きをする 高額療養費の支給申請

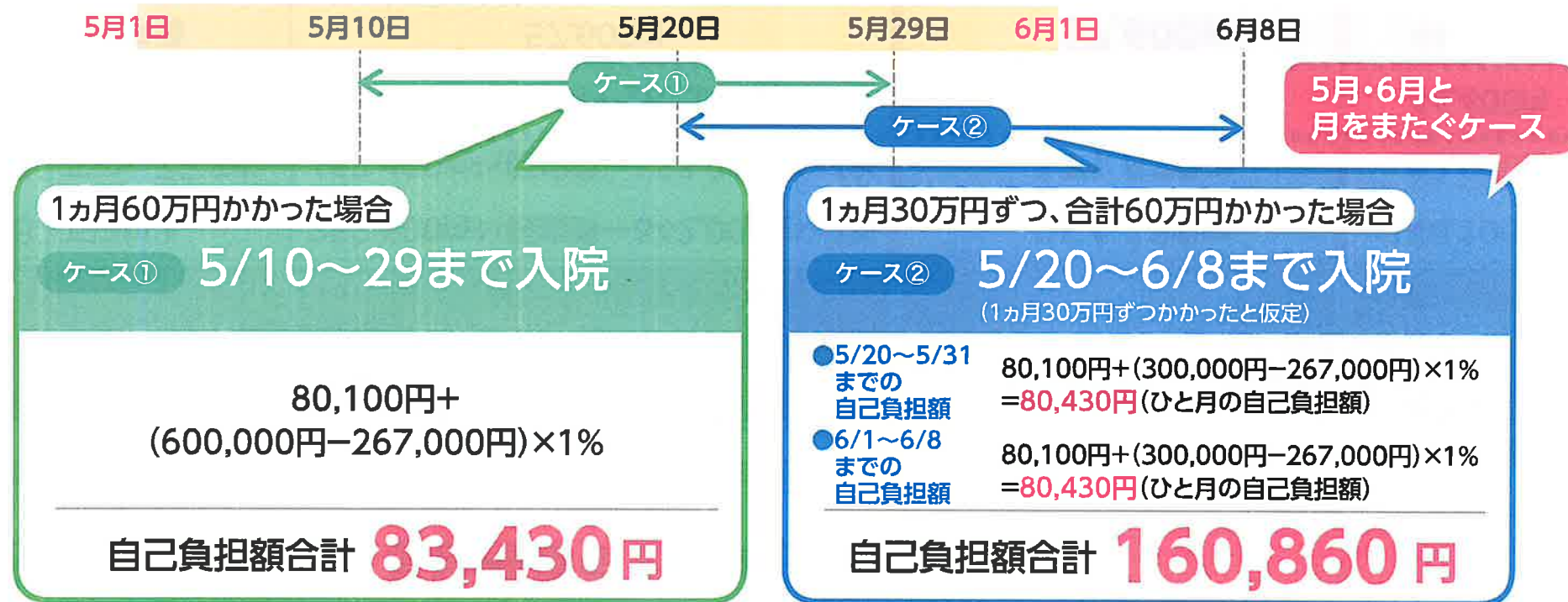
事前 に手続きをする 限度額適用認定証を申請

◎ 高額療養費制度利用時の注意点

月をまたいで医療費がかかった場合には自己負担額が多くなることがあります

高額療養費は毎月1日～月末までに支払った医療費について、医科・歯科、入院・外来を別々に計算します

月をまたいで医療費がかかった場合、思いのほか自己負担額が多くなることもあります



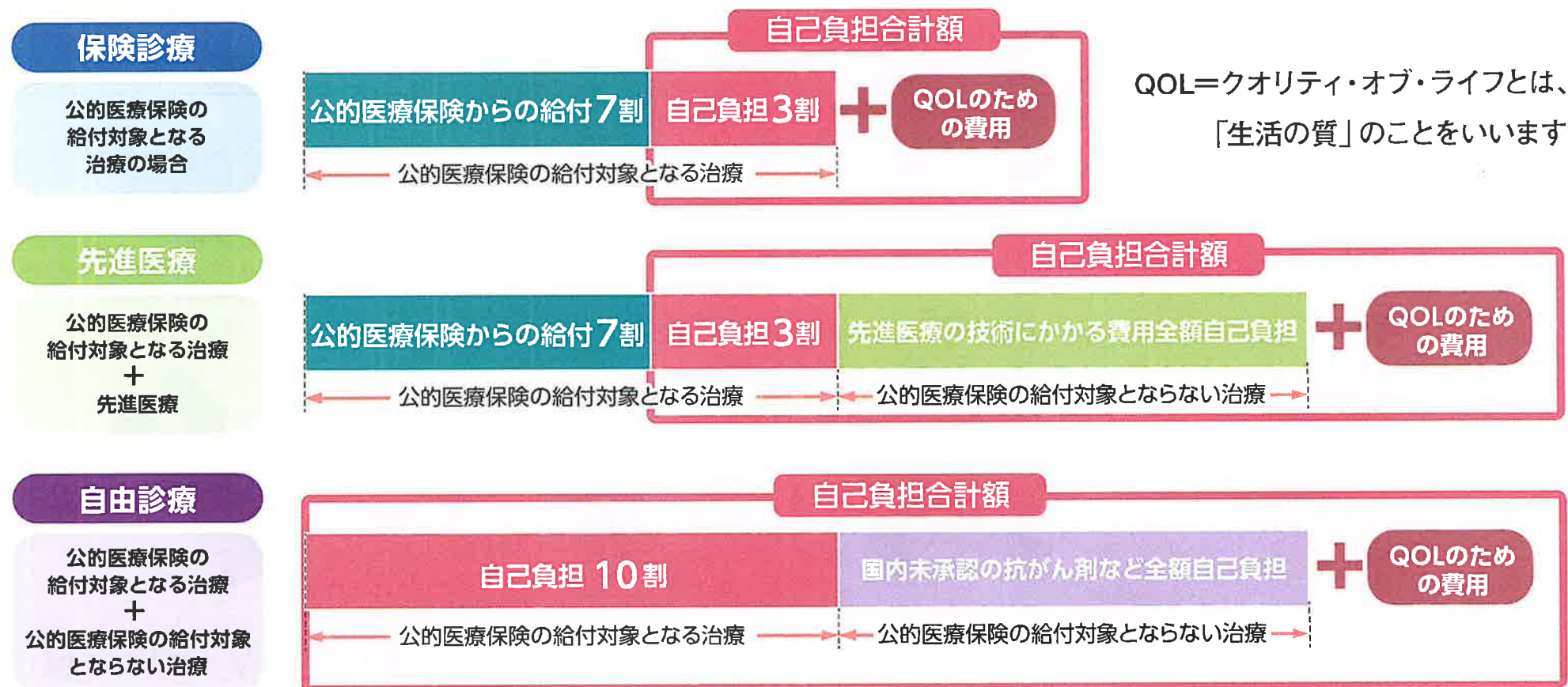
公的医療保険適用にならない費用は対象外

- 差額ベッド代・食事代の一部、先進医療の技術料など
- 病院の窓口では、適用にならない費用も含めて支払うので注意が必要

公的医療保険制度の対象にならない費用があります

◎ 公的医療保険が適用される医療・されない医療

保険診療と先進医療・自由診療は「自己負担割合」に違いがあります



病気になっても、自分らしく毎日を過ごしたいと思いませんか？

◎ がんになっても自分らしく、そして快適に毎日を過ごすために必要なもの

思いがけない出費



圧迫用下着
(下肢血栓予防)



弾性ストッキング
(下肢血栓予防)



補正下着

高額な
ものが
多い



カスタム
品は
高額

人工乳房



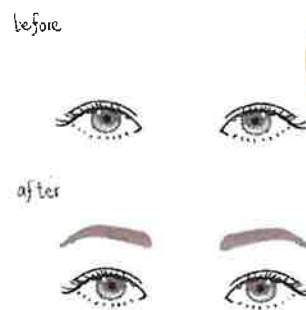
高額な
ものが
多い

医療用ウィッグ(既製品)



高額な
ものが
多い

肌ケア、化粧品



高額な
ものが
多い

アートメイク、付け爪他



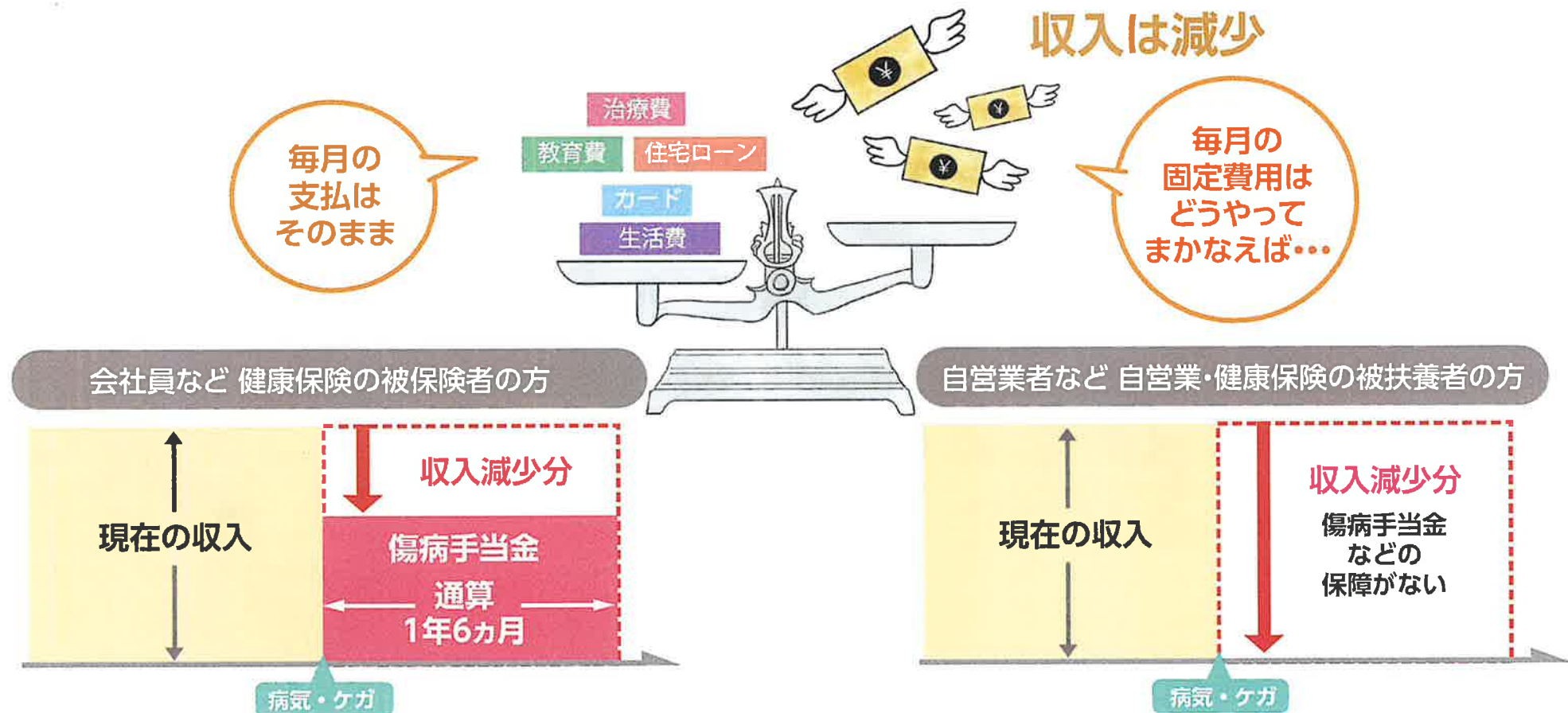
通院の交通費

(高齢者、疼痛が強い人、体調不良者は
公共交通機関が利用できない場合も多い)

収入や生活にかかる費用も変化します

◎ 働けなくなったときの生活費の変化

働けなくなって収入が減少しても生活に必要な出費は続きます



だれにでも起こりうる「まさかのとき」に、元気なときに備えておきましょう



まさかのときの
備えについて
考えてみましょう

6



まさかに 備える

◎ がんに罹患する確率～累積罹患リスク

子宮がん

約30人に1人 ⇒

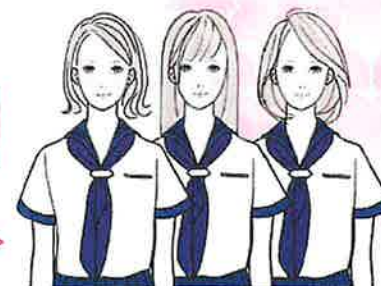
学校を
思い浮かべると
クラスに1人



乳がん

約9人に1人 ⇒

クラスに3人



出典：国立がん研究センター 最新がん統計—累積罹患リスク—

思った以上にひとごとではない確率かもしれません
だからこそ、備えが必要です

◎ がんのリスクを抑える POINT① 〈生活習慣を改善する〉

がんを
防ぐための
新 12 か条



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

出典：国立がん研究センター ホームページより

だれにでも起こりうる「まさかのとき」に、健康な今、備えておきましょう

◎ がんのリスクを抑える POINT② 〈 検診をうける 〉

国は5つのがん検診を推奨しています

厚生労働省が推奨する5つのがん検診

子宮頸がん検診	問診・視診・内診・子宮頸部細胞診	20歳以上の女性、2年に1回
乳がん検診	問診・視触診・マンモグラフィー検査	40歳以上の女性、2年に1回
胃がん検診	胃内視鏡検査、胃部X線検査	50歳以上の男女(胃部X線検査は40歳以上の実施も可) 2年に1回
肺がん検診	問診・胸部X線検査、喀痰(かくたん)検査の併用 (喀痰検査は50歳以上で喫煙指数600以上の人)	40歳以上の男女 1年に1回(喀痰検査は喫煙者のみ)
大腸がん検診	問診・便潜血検査	40歳以上の男女、年1回

お住いの地域により、検診内容・検診対象が異なる場合があります

早期発見が重要な理由

子宮頸がん

- 早期の場合………**子宮の温存**がしやすく、将来、妊娠・出産も可能
- 進行した場合………**6週間以上**かかる**放射線治療**や**抗がん剤治療**

乳がん

- 早期の場合………**乳房の温存**がしやすい
- 進行した場合………手術前もしくは後に、**約3～6ヵ月間の抗がん剤治療**

※医師の監修のもと、一例を紹介したものであり、その治療法を推奨するものではありません。治療法や効果は個々の症状によって異なりますので、治療・診断にあたっては主治医にご相談ください。

がんのリスクに備える3つめのポイントを確認しましょう

◎ がんのリスクを抑える POINT③ 〈 備えを検討する 〉

がんが見つかったとき、自由に治療を選んだり、
長期間にわたる治療に専念するために経済的な備えも大切です



健康な今から備えておくことは、人生の選択肢を増やします

◎ がんのリスクを抑える POINT③ 〈 備えを検討する 〉

備えは「早く始める」がポイントです

預貯金

少しずつ貯めていくため、
いざというときに、
十分な金額が準備
できていないことも…



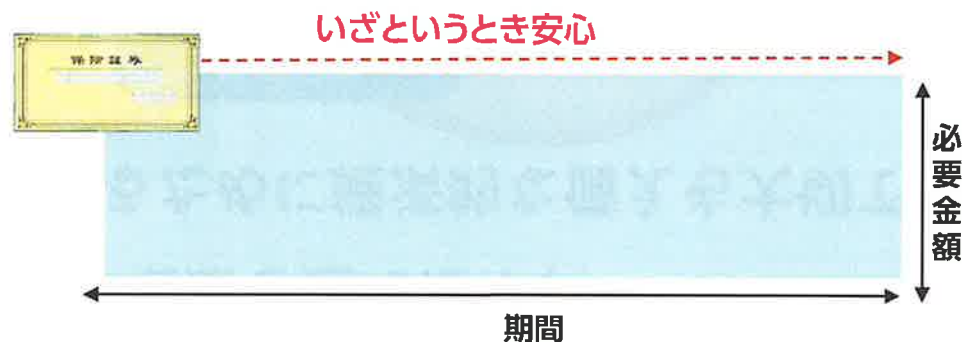
投資信託など

プロに運用を任せ分散投資ができるため、資本を大きく
増やせる可能性があるが、元本保証がなく必要なときに
すぐ換金できない場合がある



生命保険

あらかじめ受け取れる
保険金額等が決まっているため、
必要なときに必要なお金が準備できる



自分らしい未来のために、できることから始めてみましょう

予防と早期発見、早期治療、
そのための準備…

あなたの未来のために
この機会に

少し立ち止まって考えてみませんか



本日は ご清聴ありがとうございました

医師監修

行徳総合病院 坂本 愛子

湘南記念病院 土井 卓子

引受保険会社

明治安田生命保険相互会社

本社 〒100-0005 東京都千代田区丸の内2-1-1

TEL 03-3283-8111(代表)

ホームページ <https://www.meijiyasuda.co.jp/>

担当者