

9-①

# 胃がん・大腸がんで 危険度 チェック

あなたは何個当てはまりますか?

## 胃がん

- 塩辛いものをよく食べる。
- 熱い料理を好み、食べるのが早い。

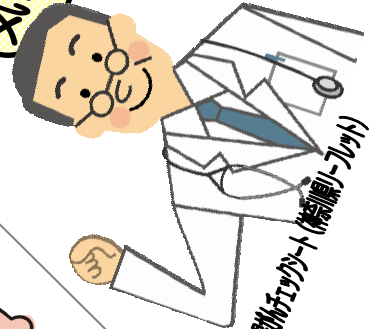
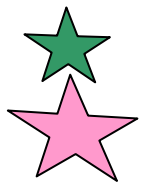
## 大腸がん

- 動物性脂肪を多く含む肉料理などをよく食べる。
- 定期的に運動をしない。肥満気みである。
- 便秘がちである。便通があってもすっきりしない。

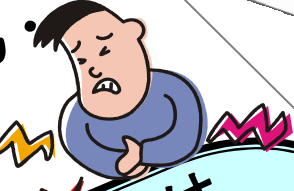
## 共通項目

- 野菜・果実類を食べない日がある。
- たばこを吸う。
- お酒を飲み過ぎることがよくある。
- 年に1度も胃がん・大腸がん検診を受けていない。

胃がん・大腸がんの  
**予防法**  
気になる方は9-②へ!!



鈴・勲・大腸がん検診センター(高槻市・アクト)



チェック項目の多かった方は  
**胃がん・大腸がんの危険度が高め**です!  
生活習慣を見直しましょう。

平成28年度健康増進事業  
胃がん・大腸がん検診センター  
作成