

---

# 人間ドック

## ■ 人間ドックを担当した先生

上宮 文

東京都予防医学協会

榎野友利奈

順天堂大学医学部附属順天堂医院

川井三恵

東京都予防医学協会総合健診部長

須賀万智

東京慈恵会医科大学教授

杉山朋子

東京都予防医学協会

西林由美

東京都予防医学協会

星野京子

東京都予防医学協会

(50音順)

# 人間ドックの実施成績

川井三恵

東京都予防医学協会総合健診部長

## はじめに

東京都予防医学協会(本会)の人間ドックは、多くの方々に精度の高い検査、健診を受けていただけるよう、医師、保健師、看護師、検査技師、施設健診事業部スタッフなどが協力して取り組んでいる。具体的な取り組みとしては、定期的に精度管理・点検された機器で、資格をもつ技師(例：日本超音波医学会が認定する腹部や心臓など検査部位に応じた資格を保有する臨床検査技師)が検査し、その部門の専門医が二重読影をすることなどである。

本会の人間ドックは1日あたりの受け入れ人数を50人とし、診察時に医師が受診者に身体測定、血圧値、血液検査、尿検査などの結果の説明を行っている。

昨今は働き方の多様化に伴い夜遅い夕食を摂る方も多く、ダイエットしたい受診者には悩みの種である。そこで本会では、受診者が自分に合った生活指導をパーソナルに受けられる体制を取っている。健診当日の診察後、希望者全員に保健師による保健指導を実施し、健診結果を踏まえた生活習慣指導を行っている。

勤務している会社が行う1年に1回の一般健康診断(定期健診)とは異なり、人間ドックは個人の意思で受けることができるより詳しい健康診断で、基本検査にオプション検査を追加することもできる。最近健康意識の高まりを反映して個人で人間ドックを申し込む方も増えてきている。

オプション検査としては、甲状腺機能検査(甲状腺刺激ホルモン：TSH)、前立腺がんマーカー(前立腺特異抗原：PSA)、頸動脈超音波検査、内臓脂

肪検査、骨量超音波検査など、多くの検査から選択することができる。消化管検査では、胃部X線検査か上部消化管内視鏡検査のいずれかを選ぶことができる。

人間ドックを受診することにより個々人が健康上の問題点を把握することができ、生活習慣改善への意識をもつことが可能となるように努力している。

人間ドックで提供している昼食の弁当は、「食事バランスガイド」を基本として総カロリー、塩分を決定し、野菜は1日必要量の2/3が摂れるようにしている。受診者が食事を摂りながら食に関する最新の知識を得ることができるよう、昼食時間に合わせて管理栄養士が受診者に対して栄養についての講話を行っており、テレビ映像を利用した指導も行っている。

2008(平成20)年度から実施している特定健診では、人間ドック当日に特定保健指導まで行うことを積極的にすすめている。こうした保健指導は自分の健康を見直すよい機会になっているようで、受診者数も伸びており、積極的支援の継続率も高い。健診当日に初回指導が終了するので、何より効率的である。

便潜血検査が陽性だった場合には、人間ドック当日に医師から、消化器内科受診および大腸内視鏡検査の必要性をお伝えするようになっている。

## 人間ドック実施成績

[1]性別、年齢別受診者数

図1 年度・性・年齢別受診者数の推移

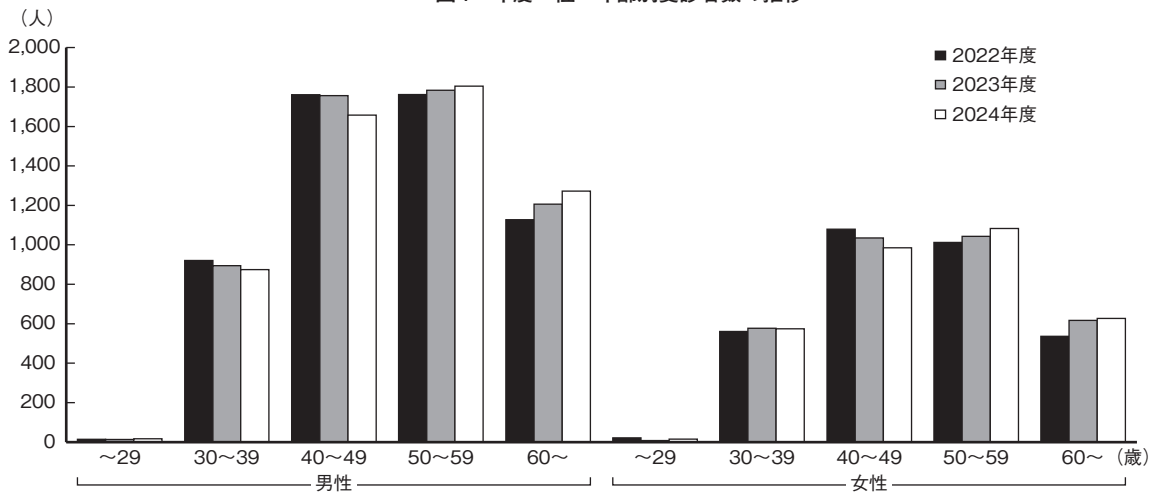


表1 性別・年齢別受診者数

(2024年度)

性別	年齢	~29歳	30~34	35~39	40~44	45~49	50~54	55~59	60~64	65~69	70歳~	計
		受診者数 (%)	17 (0.3)	360 (6.4)	514 (9.1)	771 (13.7)	887 (15.8)	931 (16.6)	873 (15.5)	731 (13.0)	317 (5.6)	224 (4.0)
女性	受診者数 (%)	15 (0.5)	222 (6.8)	352 (10.7)	472 (14.4)	513 (15.6)	556 (16.9)	527 (16.0)	372 (11.3)	150 (4.6)	105 (3.2)	3,284
計	受診者数 (%)	32 (0.4)	582 (6.5)	866 (9.7)	1,243 (14.0)	1,400 (15.7)	1,487 (16.7)	1,400 (15.7)	1,103 (12.4)	467 (5.2)	329 (3.7)	8,909

表2 性別・判定別頻度

(2024年度)

性別	判定	受診者数	異常なし	差支えなし	有所見合計	有所見内訳						
						要注意	要観察	要受診	要治療	要治療継続	要精検	要再検
男性	数 (%)	5,625	27 (0.5)	131 (2.3)	5,316 (94.5)	420 (7.5)	1,873 (33.3)	1,432 (25.5)	0 (0.0)	1,591 (28.3)	151 (2.7)	0 (0.0)
女性	数 (%)	3,284	18 (0.5)	131 (4.0)	2,942 (89.6)	396 (12.1)	1,253 (38.2)	698 (21.3)	0 (0.0)	595 (18.1)	180 (5.5)	13 (0.4)
計	数 (%)	8,909	45 (0.5)	262 (2.9)	8,258 (92.7)	816 (9.2)	3,126 (35.1)	2,130 (23.9)	0 (0.0)	2,186 (24.5)	331 (3.7)	13 (0.1)

2024(令和6)年度の受診者数は、男性5,625人、女性3,284人、計8,909人であった(表1)。

人間ドック受診者の年齢別頻度は男女とも40~59歳が多い(表1、図1)。

[2] 性別・判定別頻度(表2)

男性は「異常なし」「差支えなし」合わせて2.8%であり、「要精検」「要再検」を除く有所見率は94.5%であった。「要受診」は25.5%であった。「要精検」となった割合は2.7%である。これには悪性疾患を疑うものも含まれている。要精検率は5~6%くらいが望

ましく、2023年度と比べてもほぼ変わらなかった。

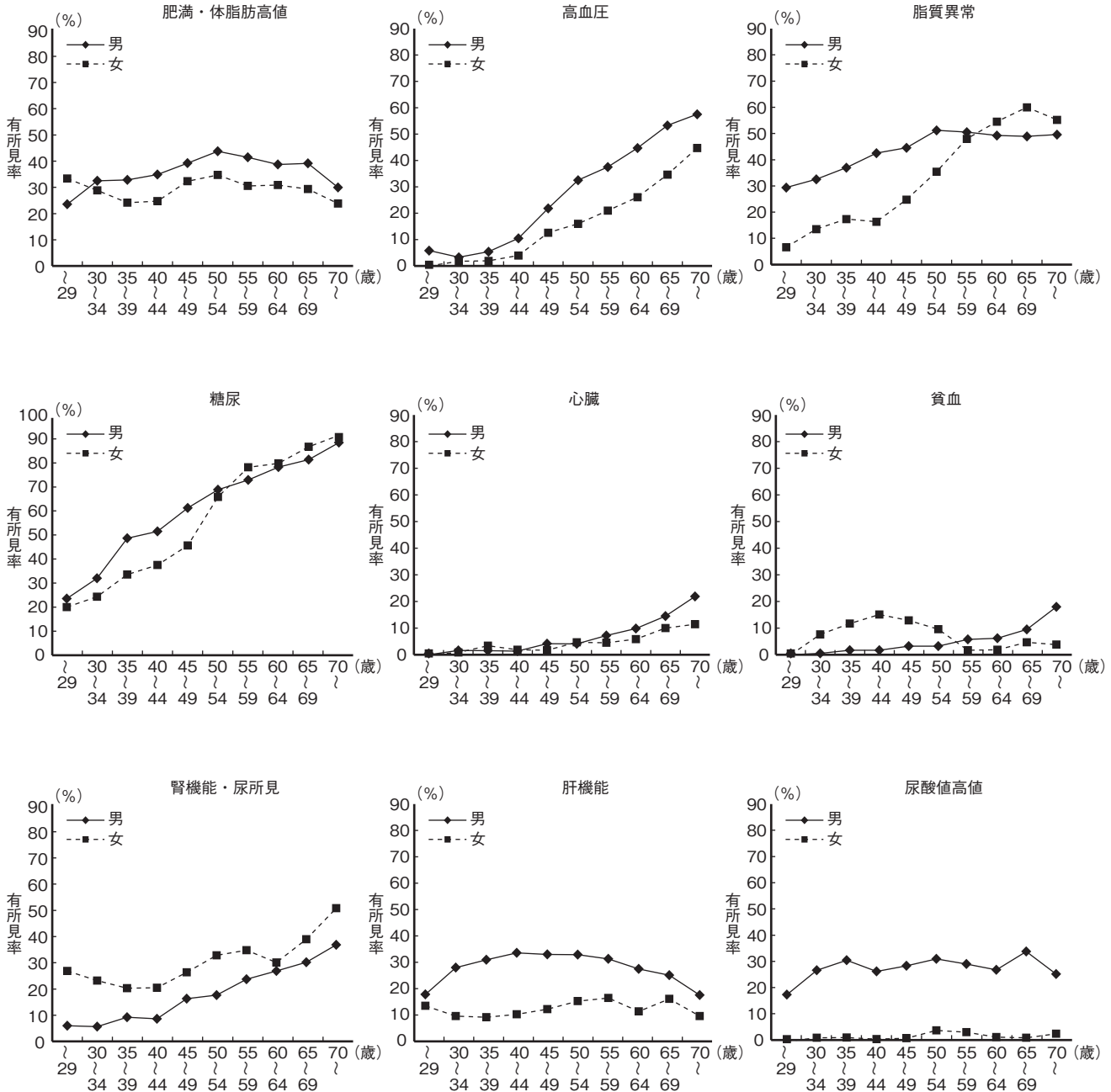
女性は「異常なし」「差支えなし」合わせて4.5%であり、男性より多い。有所見の合計は89.6%であり男性より少ない。しかし、「要精検」となった割合が5.5%と高いのは、男性と同じ検査項目に加えて、子宮がん検診、乳がん検診があるためと考えられる。「要受診」は21.3%であった。

[3] 性・年齢・項目別有所見率(図2)

【肥満・体脂肪高値】

男性は女性より有所見者が明らかに多い。男性は

図2 性・年齢・項目別有所見率 (2024年度)



20代を除いたすべての年齢層で女性よりも有所見率が高く、特に男性50～54歳では43.7%の受診者が有所見である。体重減量は、食事摂取カロリー制限や運動量を増やすことにより実現するため、保健師による健診当日の保健指導が肝要と考える。

【高血圧】

男女とも加齢に伴い高血圧が増加する傾向にある

が、男性の方がより高率である。有所見率は男女とも年齢とともに増加し、特に70歳以上の男性が最も高かった。日本は世界でも有数の塩分過剰摂取国であり、血圧が高い受診者には保健師による保健指導時に減塩指導を行っている。

【脂質異常】

20代から50代までは男性の有所見率は女性より

も高く漸増する。女性も30歳以降徐々に有所見率が  
増すが、45歳以降はさらに高くなる。閉経後は徐々  
に女性の有所見率が上昇するものと思われる。60歳  
以降は女性の有所見率が男性よりも高く、65～69  
歳の女性の有所見率が60.0%と最も高い。

#### 【糖尿】

有所見率は加齢に伴い徐々に増加し、54歳までは  
男性の方が多い。55歳以降では逆転し女性の有所見  
率が加齢に伴い高くなる。脂質異常と同様に閉経後  
は徐々に女性の有所見率が上昇するものと思われる。

#### 【心臓】

心電図異常、不整脈などで治療中などの有所見率  
は、男女ともほぼ年齢に比例して加齢とともに増加し、  
55歳以降は男性の有所見率の方が女性よりも高くな  
り、70歳以降の男性が21.9%と最も有所見率が高い。

#### 【貧血】

貧血は40代の女性が15.0%と最も高い。また、30  
～54歳までの女性の有所見率は男性に比べて高く、  
閉経期までの女性において約7～14%の者が貧血を  
呈する。しかし閉経後の55歳で男女有所見率は逆  
転し、男性の有所見率は年齢とともに上昇傾向とな  
り、70歳以降の男性の有所見率は17.9%で最も高い。

#### 【腎機能・尿所見】

女性では全年齢層で有所見率が高い傾向にある。  
70歳では女性の有所見率が50.5%で最も高い。

#### 【肝機能】

全年齢層で、男性は女性より有所見率が高い傾向  
にある。食生活や飲酒の影響など生活習慣が原因と  
推察される。

#### 【尿酸値高値】

全年齢層で男性が高く、女性の有所見者はほんの  
わずかである。特に60代の男性が34.1%で最も高  
い。食生活や飲酒の影響など生活習慣が原因と推察  
される。

#### [4] 人間ドックで発見・確定されたがん(表3)

2024年度に人間ドックで発見された各部位のがん  
は17件であった。内訳は以下の通りである。

・胃がん 3件(早期2件, 不明1件)

- ・食道がん 1件(不明1件)
- ・肺がん 2件(早期2件)
- ・膵臓がん 3件(早期3件)\*<sup>1</sup>
- ・腎臓がん 4件(早期4件)\*<sup>1</sup>
- ・子宮頸部がん 2件(早期2件)
- ・乳がん 1件(早期1件)
- ・大腸がん 1件(進行1件)\*<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup> 膵臓がん、腎臓がんは腹部超音波検査で発見された。

\*<sup>2</sup> 大腸がんは便潜血検査(2回法)で発見された。

[5] 人間ドックにおける年度別オプション検査実施数  
年度別の各オプション検査受診者数と割合を表4  
(P.98)に示した。

昨今は、乳がん、子宮がんなど女性特有のがん検  
診を希望する受診者が多く、2024年度はマンモグラ  
フィ1,816人、乳房超音波検査1,593人、子宮がん検  
診2,296人と多くの女性が検診を受けた。男性では、  
前立腺がんのPSA検査が2,116人で、2023年度と比  
較して増加した。

また、ピロリ抗体検査を受けた受診者は828人であ  
った。胃がんの発症原因としてヘリコバクター・  
ピロリ(ピロリ菌)の感染が重視されており、胃粘膜  
所見を認めピロリ菌陽性の場合には除菌療法を積極的  
に検討すべきである。

動脈硬化の状態が直接見られる頸動脈超音波検査  
(頸部エコー)は2007年度から、CTによる内臓脂肪  
検査は2008年度から、全身の動脈硬化のスクリー  
ニングに適している血圧脈波検査は2009年度から  
実施している。これらの検査で動脈硬化およびその  
予備群を評価することで、高血圧、糖尿病、脂質異  
常など動脈硬化を惹起する持病の治療に受診者が専  
念するきっかけとなることを期待するものである。

#### 総括

本会が人間ドックで大切にしていることは、疾  
病の早期発見はもとより、受診者へのわかりやすい  
結果説明の提供と、必要かつ有効な保健指導および  
健康支援である。今後もこのことを念頭に置いてス  
タッフ一同、日々の業務を遂行したいと思う。

表3 人間ドックで発見・確定されたがんの推移

年度	胃部検査 (X線 内視鏡)				胸部CT				腹部超音波			
	受診者数 (人)	発見がん			受診者数	発見がん		受診者数	発見がん			
		部位	早期 進行 不明	発見数		早期 進行 不明	発見数		部位	早期 進行 不明	発見数	
1995～ 1999	12,347	胃 胃 胃 食道 食道	早期 進行 不明 早期 不明	14 3 1 1 1	11,778	早期 進行 不明	6 2 1	12,542	肝 腎	不明 不明	2 2	
2000～ 2004	19,327	胃 胃 食道 食道	早期 進行 進行 不明	5 1 3 1	15,883	早期 進行	6 2	20,533	肝 胆嚢 腎 膵 リンパ	不明 不明 不明 不明 不明	1 1 9 1 2	
2005～ 2009	29,327	胃 胃 胃 食道 食道 食道	早期 進行 不明 早期 進行 不明	7 2 3 1 2 3	25,036	早期 進行 不明	18 3 1	31,506	腎	不明	1	
2010～ 2014	30,737	胃 胃 胃 食道 食道 食道	早期 進行 不明 早期 進行 不明	5 1 1 2 2 4	25,942	早期 進行	24 2	33,544	肝 腎 膵	不明 不明 不明	1 2 2	
2015	6,330 X線5,388 内視鏡942	胃 食道	早期 進行	2 1	5,162	早期	3	6,961	胆嚢 腎	早期 不明	1 2	
2016	6,616 X線5,211 内視鏡1,405	胃 胃 食道 食道	早期 進行 早期 不明	1 1 1 2	5,127	早期	1	7,317	膵	不明	1	
2017	6,837 X線5,210 内視鏡1,627	胃 食道	早期 早期	3 3	5,341	不明	1	7,602	膵 肝	進行 転移	1 1	
2018	7,119 X線5,279 内視鏡1,840	胃	早期	5	5,532	早期	3	7,952	膵 膵	進行 不明	1 1	
2019	7,226 X線5,226 内視鏡2,000	胃 胃	早期 不明	2 1	5,893	早期 進行	2 1	8,098	膵 腎	不明 不明	2 1	
2020	6,942 X線5,312 内視鏡1,630	胃 胃 食道	早期 不明 不明	2 1 2	5,696	早期	2	7,792	腎 副腎	不明 不明	1 1	
2021	7,363 X線5,216 内視鏡2,147	胃	早期	4	6,147			8,399				
2022	7,681 X線5,365 内視鏡2,316	食道	不明	1	6,383	早期	6	8,777	肝 肝 膵 膵	早期 不明 進行 不明	1 1 1 2	
2023	7,701 X線5,258 内視鏡2,443	胃	早期	3	6,207	早期	1	8,921	膵 腎	早期 進行	1 1	
2024	7,631 X線4,884 内視鏡2,747	胃 食道	早期 不明 不明	2 1 1	6,101	早期	2	8,899	膵 腎	早期 早期	3 4	

子宮頸部細胞診			乳房検査			便潜血検査(2回法)		
受診者数	発見がん		受診者数	発見がん		受診者数	発見がん	
	早期 進行	発見数		早期 進行	発見数		早期 進行	発見数
2,372	早期 不明	3 2	2,451	早期 不明	4 2	12,083	進行 不明	1 3
4,065	早期	5	4,254	早期 不明	4 1	19,621	早期 不明	2 2
6,994	早期	5	7,739	早期 進行 不明	7 5 1	30,352	早期 進行 不明	3 2 2
7,883			8,759	早期 進行	18 3	31,649	早期 進行 不明	7 2 1
1,685	早期	1	1,895	早期	1	6,550	早期	2
1,789			2,041	早期	3	6,890	早期	4
1,914	早期 進行	1 1	2,212	早期 進行 不明	5 1 1	7,211	進行	2
2,006			2,344	早期	1	7,534	早期 進行	1 2
2,025	早期	1	2,364	早期 進行 不明	6 2 2	8,093	早期 進行 不明	3 1 2
1,938			2,229	早期	5	7,778		
2,130			2,492	早期 不明	2 1	8,035	早期 進行	2 1
2,254			2,595	早期 不明	3 1	8,359	早期 不明	1 1
2,307			2,666	早期	3	8,469		
2,303	早期	2	2,665	早期	1	8,427	進行	1

表4 人間ドックにおける年度別オプション検査実施数

(単位：人)

性別 \ 年度	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
受診者数(男)	5,159	5,231	5,104	5,357	5,585	5,653	5,625
受診者数(女)	2,811	2,879	2,699	3,052	3,209	3,280	3,284
受診者数(合計)	7,970	8,110	7,803	8,409	8,794	8,933	8,909
オプション検査	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
乳房視触診*1	1,081 (38.5)	1,010 (35.1)	706 (26.2)	726 (23.8)	708 (22.1)	23 (0.7)	12 (0.4)
マンモグラフィ*1	1,594 (56.7)	1,614 (56.1)	1,515 (56.1)	1,652 (54.1)	1,750 (54.5)	1,804 (55.0)	1,816 (55.3)
乳房超音波検査*1	1,301 (46.3)	1,326 (46.1)	1,255 (46.5)	1,443 (47.3)	1,542 (48.1)	1,614 (49.2)	1,593 (48.5)
子宮がん検診*1	2,006 (71.4)	2,025 (70.3)	1,933 (71.6)	2,130 (69.8)	2,254 (70.2)	2,307 (70.3)	2,296 (69.9)
P S A *2	1,782 (34.5)	1,919 (36.7)	1,853 (36.3)	1,917 (35.8)	2,021 (36.2)	2,084 (36.9)	2,116 (37.6)
頸部エコー	1,158 (14.5)	1,166 (14.4)	1,068 (13.7)	1,190 (14.2)	1,288 (14.6)	1,334 (14.9)	1,315 (14.8)
頭部C T	1,080 (13.6)	1,002 (12.4)	976 (12.5)	952 (11.3)	1,073 (12.2)	1,059 (11.9)	1,003 (11.3)
ヘプシノゲン	855 (10.7)	858 (10.6)	694 (8.9)	618 (7.3)	695 (7.9)	781 (8.7)	697 (7.8)
血液型	243 (3.0)	383 (4.7)	393 (5.0)	480 (5.7)	550 (6.3)	561 (6.3)	543 (6.1)
T P 抗体	462 (5.8)	418 (5.2)	414 (5.3)	360 (4.3)	428 (4.9)	477 (5.3)	420 (4.7)
喀痰細胞診	334 (4.2)	359 (4.4)	176 (2.3)	189 (2.2)	198 (2.3)	186 (2.1)	202 (2.3)
内臓脂肪C T	668 (8.4)	692 (8.5)	698 (8.9)	740 (8.8)	787 (8.9)	853 (9.5)	863 (9.7)
骨エコー	649 (8.1)	626 (7.7)	597 (7.7)	668 (7.9)	770 (8.8)	794 (8.9)	779 (8.7)
血圧脈波	738 (9.3)	680 (8.4)	639 (8.2)	682 (8.1)	703 (8.0)	725 (8.1)	685 (7.7)
ピロリ抗体	1,131 (14.2)	1,091 (13.5)	833 (10.7)	737 (8.8)	873 (9.9)	931 (10.4)	828 (9.3)

(注) \* 1 女性のみ \* 2 男性のみ