令和８年１０月２８日
保　健　医　療　局

未来のふたりの笑顔のために
がん検診の大切さを伝えあう「いい夫婦の日キャンペーン」を実施します！



東京都では、がん予防・がん検診受診率向上のため、１１月２２日のいい夫婦の日にあわせて、がん検診の大切さを伝える「いい夫婦の日キャンペーン」を実施します。

いつまでも元気でいてほしい身近な方にメッセージを贈り、がん検診の大切さについて一緒に考えてみませんか。

○キャンペーンの概要

日本人の２人に１人がなると言われているがん。がんは早期のうちはほとんど自覚症状がなく、早期発見・早期治療のためには、定期的にがん検診を受診することが大切です。

がん検診の受診を呼びかけるため、メッセージカード入りポケットティッシュ及びアニメーション付きメッセージ画像を作成しました。メッセージカードは、東京都がん検診啓発キャラクター「モシカモくん」のイラスト入りのものを用意しています。ぜひご利用ください！

○メッセージカード（紙・ポケットティッシュサイズ）



（表）



（裏）

○配布協力企業・協力団体一覧（五十音順）

企業名・施設名	期間	設置店舗・設置場所
柏木工株式会社	11 月 1 日（日曜日）から 11 月 22 日（日曜日）まで	東京ショールーム　KASHIWA TOKYO 店舗 1 階受付カウンター付近
株式会社アースホールディングス	11 月 1 日（日曜日）から 11 月 22 日（日曜日）まで	美容室 EARTH　都内 45 店舗　受付カウンター 詳細は株式会社アースホールディングス公式 HP（https://hairmake-earth.com/）をご確認ください。
株式会社アトレ	11 月 1 日（日曜日）から 11 月 22 日（日曜日）まで ※店舗により異なります	都内 5 店舗 大井町：2 階　プラザ前 大　森：一部ショップ、手荷物台等 亀　戸：6 階　カメレちゃんエレベーター前 吉祥寺：一部ショップ 竹　芝：一部ショップ
株式会社小田急百貨店	11 月 1 日（日曜日）から 11 月 22 日（日曜日）まで	新宿店：1 階　ゴルフ用具売場 2 階　婦人服飾雑貨売場 町田店：1 階　婦人服飾雑貨売場 4 階　紳士洋品・雑貨売場
株式会社京王百貨店	11 月 1 日（日曜日）から 11 月 22 日（日曜日）まで	新宿店：1 階　正面入口案内所
株式会社シャトレーゼ	11 月 1 日（日曜日）から 11 月 22 日（日曜日）まで ※店舗により異なります	都内 4 店舗 葛飾新宿店、梶野町店、紀尾井町店、ヨークフーズ新宿富久店
株式会社日本旅行	11 月 1 日（日曜日）から 11 月 22 日（日曜日）まで	東京統括支店：店舗内中央テーブル
株式会社ハンズ	11 月 1 日（日曜日）から 11 月 22 日（日曜日）まで	新宿店：2 階、3 階、4 階、7 階レジカウンター
株式会社不二家	11 月 3 日（火曜日）から 11 月 22 日（日曜日）まで	OTOWA FUJIYA 内
渋谷スクランブルスクエア株式会社	11 月 4 日（水曜日）から 11 月 19 日（木曜日）まで	地下 2 階　インフォメーションカウンター 2 階　インフォメーションカウンター
東京都ウオーキング協会	11 月 1 日（日曜日）から 11 月 22 日（日曜日）まで	全 9 回のウォーキングイベントにて配布 (ゆったり名所ウォーク「いろいろあるよ浅草」からいい夫婦の日記念ウォークまで) 詳細は東京都ウオーキング協会公式 HP (https://tokyowalking.org/)をご確認ください。
森美術館	11 月 1 日（日曜日）から 11 月 22 日（日曜日）まで	森美術館(森タワー53 階)入口ホールカウンター

※配布枚数に達した場合、期間中に終了することがあります。
※メッセージカードのみの配布を行う場合があります。

○東京都庁舎内でも配布します

11 月 2 日（月曜日）から 11 月 20 日（金曜日）までの期間中、総合案内コーナーをはじめ、書籍・文具店や喫茶コーナー、旅行相談所の窓口で、メッセージカードを配布します。

○アニメーション付きメッセージ画像（ダウンロード用）

テキストや「モシカモくん」が動く、アニメーション付きのメッセージ画像です。東京都のホームページから、メールや SNS 等でお送りいただくことができます。







詳細はこちら

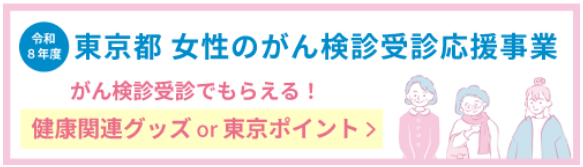
・東京都の健康関連ポータルサイト「とうきょう健康ステーション」
各種メッセージカードはこちらからダウンロードいただけます。



https://kenko-station.metro.tokyo.lg.jp/category1/kenshin/campaign/messagecard/index.html

○女性のがん検診受診応援事業を実施しています

子宮頸がん検診又は乳がん検診を受診した対象者に、健康関連グッズ（2,000 円相当）又は東京ポイント（2,000pt）を提供します。



https://gankenshin-ouen.metro.tokyo.lg.jp/

本件は、「2050 東京戦略」を推進する事業です。
戦略 24　医療
「1. 都民の命と健康を守る医療サービスの充実」

2050東京戦略
～東京 もっとよくなる～

▲2050 東京戦略

【問合せ先】
保健医療局保健政策部健康推進課　千葉、高島
直通　03-5320-4351、4367
内線　32－850、865

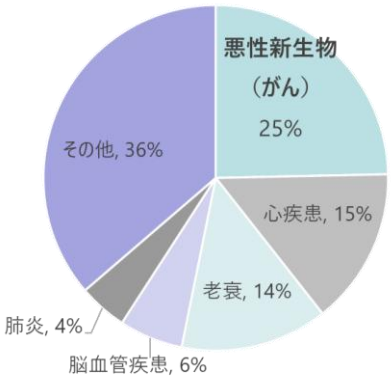
参考：がん検診について

■ がんは、誰でもなる可能性があります。

日本人の２人に１人が生涯のうちにがんになると言われており、誰でもがんになる可能性があります。また、令和６年にがんが原因で亡くなった都民は 34,610 人で、死因の約４分の１を占めます。

がんは初期の段階ではほとんど症状がないことが多く、知らないうちに進行していることもあります。自覚症状なしに進行するがんを早期に発見するための手段が、がん検診です。

都民の死亡別割合



出典：東京都保健医療局「人口動態統計（令和６年度版）」

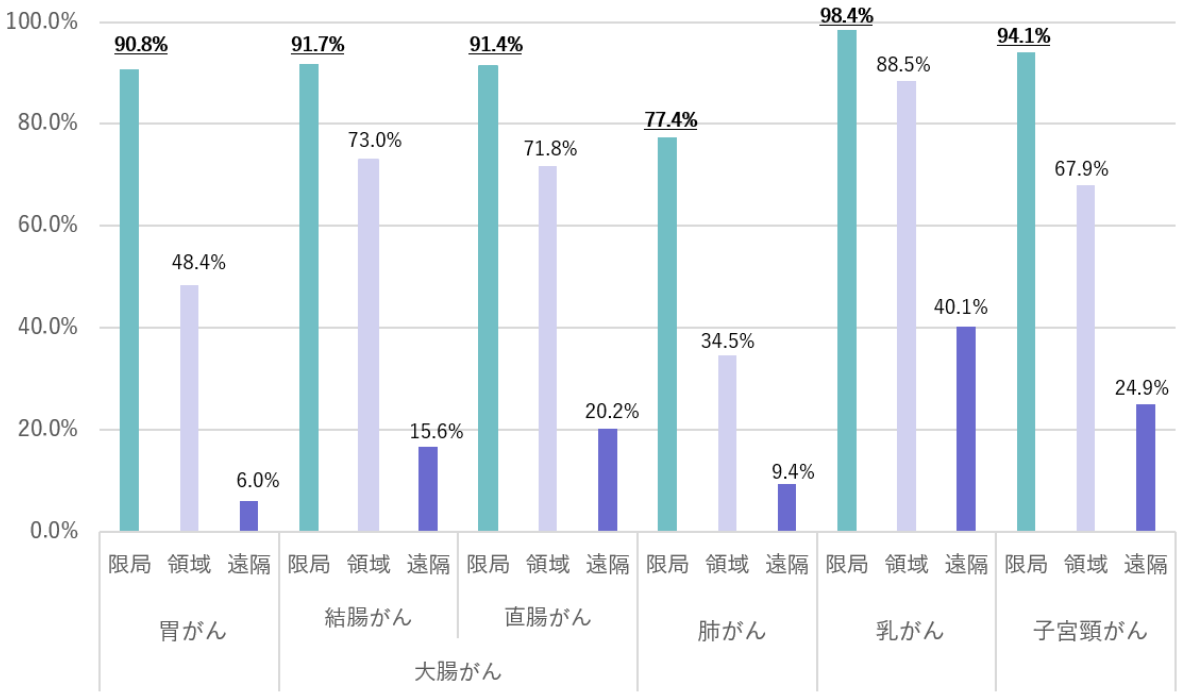
■ がん検診の定期的な受診が重要です。

検診が推奨されている５つのがんでは、早期発見・早期治療による５年後の生存率は胃がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がんは 90％以上、肺がんは約 80％です。

一方、がん検診の受診を見送り、次の受診までの期間が空いてしまうと早い段階で発見できたはずのがんが進行した状態で見つかることにもなりかねません。

必ず定期的にがん検診を受診しましょう。

がんと診断されてから５年後の生存率（進展度別※）



出典：公益財団法人がん研究振興財団「がんの統計 2026」

※ 診断時点のがんの広がりの程度により、以下のとおりに分類される。
限局：がんが原発臓器内にとどまっている状態
領域：隣の臓器等に広がっている状態
遠隔：遠くのリンパ節等に転移している状態

出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がんに関する用語集」進展度

■ がん検診の対象年齢や受診間隔について

がんによる死亡率の減少効果が科学的に証明されているがん検診として、国は以下の 5 つのがん検診について、検診項目、対象者、受診間隔等を指針で定めて受診を推奨しています。

がん検診の種類	検診項目	対象者	受診間隔
胃がん	問診、胃部エックス線検査または胃内視鏡検査※ ※当分の間、胃部エックス線検査については40歳以上、年 1 回の実施で差し支えない	50歳以上	2 年に 1 回
大腸がん	問診、免疫便潜血検査	40歳以上	年 1 回
肺がん	質問（問診）、胸部エックス線検査		
乳がん	質問（問診）、乳房エックス線（マンモグラフィ）検査	40歳以上（女性）	2 年に 1 回
子宮頸がん	問診、視診、子宮頸部の細胞診、内診	20歳以上（女性）	
	問診、視診、HPV検査	30歳以上（女性）	5 年に 1 回

がん検診の結果、「要精密検査」と判定された場合には、必ず精密検査を受けましょう。

■ がん検診の申込み先

詳細は、お住まいの区市町村にお問い合わせください。
お勤めの方は職場でがん検診を実施している場合もありますので、職場の担当者までご確認ください。

各区市町村のがん検診担当部署はこちら
https://kenko-station.metro.tokyo.lg.jp/category1/gan/busho/index.html