

## ☆健康寿命を延ばす取り組みについて【体験報告】

二本松自治会で検討している"がんリスク測定"ツールを利用して健康寿命を延ばす取り組みです。検査を希望する会員に対して当自治会が何割か費用をサポートすることを計画しています。実際に体験してみましたので報告いたします。

## 1. N-NOSE(エヌノーズ) 線虫という小さな生物の優れた嗅覚を利用した検査

(注意)この検査は検査時のがんのリスクを評価するものであり、がんの診断を行う検査ではありません。また、がんの種類とその部位、進行具合を評価し又は特定することはできません。

## [提出までの手順]

(事前準備)インターネットで新規登録 ①マイページ登録 ②提出(集荷)の予約 ③採尿

④冷凍庫に保存(冷凍可能期間は最長 1 週間) ⑤サテライトステーションに持込(提出)or 自宅に集荷依頼

## [検査結果]

検体提出後、約 4～6 週間でマイページに結果が届きます。その後、1 週間程で結果通知書が郵便で届く

## [費用]

定期検査：13,800 円(税込) 検査の頻度を選択できます。(年 1 回、年 2 回、年 3 回)

※2 回目以降いつでもキャンセル可能

1 回検査：14,800 円(税込)

別途料金：自宅に取りに来てもらう場合は、集荷料金として別途 2,200 円かかります

## 2. ユーグレナ・マイヘルスの「遺伝子解析サービス」

ユーグレナ・マイヘルスを利用すれば、遺伝情報をはじめとする自分のからだの様々な情報がわかり、あなたの体質にあった生活習慣の見直しのヒントや祖先解析であなたのルーツ(先祖)もチェックすることができます。

## [提出までの手順]

(事前準備)インターネットで新規登録 ①マイページ登録 ②解析 ID を登録 ③同意書に署名

④試料(唾液)採取 ⑤返送(提出) ⑥結果確認

※解析キットの使用期限は商品発送後 2 ヶ月以内となります。また唾液サンプルは採取 3 日以内に返送する

## [検査結果]

解析完了のお知らせ(メール)後、Web 上(マイページ)で結果を確認します。

太りやすさなどの体質や、がん・糖尿病などの病気リスク、さらには祖先のルーツなど約 350 項目を解析します。

## [費用] ¥32,780 (税込)

## 3. こんな検査もありました

## 血液 1 滴でできるがん検査【未体験です】

店 名：銀座血液検査ラボ 銀座本店

住 所：〒104-0061 東京都中央区銀座 7-8-8 isg ビル 6F

営業時間：11:00～19:00 (年末年始休)

血液検査をする … 採血量は目薬 1 滴分(0.06ml)の血液で検査する

1～2 分ほどで簡単に採血することができます

血液採取場所 … ①自宅で検査キットを使って自分で採血する

(注意点)血液の鮮度を保つため、採血から **3 時間以内にチルドゆうパックで送付**が必要

②来店して採血する

検査項目・費用 …

① 男性向けがん検査(腫瘍マーカー男 4 種) 19,800 円(税込)

大腸がん、前立腺がん、肺がん、肝臓がん、食道がん、胃がん、すい臓がん、胆管がん、胆のうがん、乳がん など、

男性に多いがん 10 種類のリスクをチェックします。

② 女性向けがん検査(腫瘍マーカー女 4 種) 19,800 円(税込)

乳がん、卵巣がん、子宮がん、大腸がん、肺がん、肝臓がん、食道がん、胃がん、すい臓がん、胆管がん、胆のうがんなど、女性に多いがん 11 種類のリスクをチェックします。

③ 生活習慣病検査(生化学 13 項目) 8,800 円(税込)

糖尿病、痛風、肥満や脂肪肝、動脈硬化、肝機能や腎機能の異常、ネフローゼ症候群、心臓病など、生活習慣病に関わる 13 項目のリスクをチェックします。

④ B 型・C 型肝炎検査(肝炎ウイルス 2 種) 8,800 円(税込)

B 型・C 型肝炎感染のリスクをチェックします。

検査結果は …… 血液検体が検査所に到着してから 1～2 日で結果を通知

検査結果が悪ければ …… 検査結果に“異常値”や“陽性”があった方はオンライン診療（保険適用）を受けられます

#### 4. 各検査の比較と今後の取組みについて

##### (1)検査方法と提出方法

- ・N-NOSE 採尿後、提出までは冷凍庫に保存が必要  
サテライトステーションに持込むか、自宅に集荷依頼を申込み提出する
- ・遺伝子解析サービス 唾液採取し、郵送で提出すれば良い
- ・銀座血液検査ラボ 目薬 1 滴分(0.06ml)の血液。自宅で採血・送付するか、血液検査ラボへ来店して採血

##### (2)検査回数

- ・N-NOSE 検査時のがんのリスクを評価するものなので、定期的に検査が必要です
- ・遺伝子解析サービス 遺伝子解析なので 1 回するだけ
- ・銀座血液検査ラボ 年 4 回。血液検査を**推奨**。定期的な血液検査は、病気を未然に防ぐことにつながります

##### (3)どちらを選ぶ？

- a) 検査時点でのがんになりやすいリスクがどの程度あるか判定するなら → N-NOSE 検査  
※ただし、がんの種類とその部位や進行具合を特定することはできません
- b) 遺伝情報からどんな病気になりやすいのか、自分に合った減量方法を知りたい、がんや糖尿病を未然に予防したいなら  
→ 遺伝子解析サービス
- c) 血液検査ラボへ来店しても滞在時間は約 15 分(来店予約要)。または、検査キットをつかって自分で採血してChild ゆうパック(\*1) で送付する → 銀座血液検査ラボ

#### 5. 今後の取組みについて

自治会として提供する検査方法を決めて会員に希望を募るか、会員に 3 種類の検査からどれが選択してもらう方法で募るのかどちらかに決めて会員に提供しては如何でしょうか。

(\*1)Child ゆうパック：要冷蔵の食材を送る場合、郵便局では、冷蔵扱いを「Child ゆうパック」といいます。取扱郵便局は、調布郵便局です。取扱局に荷物を持ち込み、Child ゆうパックで差し出します。

<注意>Child ゆうパックを送る場合、荷物をあらかじめ冷やしておく**(予冷) 必要**があります。常温の物をChild で引き受けることはできません。

<サイズ>縦、横、長さの合計が 1 5 0 cm 以下かつ、一番長い辺が 1 0 0 cm 以内。

<料金>Child ゆうパック 1 個、60 サイズ、持込割引 -120 円 x 1 個、東京→東京で **送料合計 925 円**