

HOME

開催概要

参加の流れ

大腸がんクイズ

2021年度の様子

過去開催

規約・注意事項

大腸がんについて

2021年度当日の様子

コロナ禍でも定期的な検診受診と適度な運動で大腸がんを予防しよう
スマートフォンアプリを活用した新しいTokyo健康ウォーク2021

2021年11月14日（日）から23日（火・祝）の期間、東京都八王子市にて、東京都大腸がん検診普及啓発事業『Tokyo健康ウォーク2021』を開催いたしました。

このウォーキングイベントは、大腸がんの予防に日々の運動習慣が有効であるという考え方に基づき、大腸がん検診を広く都民に呼びかけるもので、東京都とNPO法人ブレイブサークル運営委員会が主催し、今回で12回目となります。

感染症拡大防止のため、2021年はスマートフォンアプリを使用した新しい形でのウォーキングとなりましたが、同伴者含め、約1,130名ものお申込み・ご参加をいただき、期間中、参加者の方々はそれぞれの都合に合わせてウォーキングを楽しみました。またウォーキング後はWeb上でのクイズを通して大腸がん検診の大切さについて理解を深めました。

公益財団法人東京都予防医学協会の協力のもと、40歳以上の参加者を対象とした無料大腸がん検診を実施し（11月14日のみ）、約330名が検体を提出しました。

ウォーキング（7kmコース）

開催期間中はおおむね晴天に恵まれ、参加者のみなさんは南大沢駅（京王相模原線）を起点とする約7kmのコースをウォーキングしました。コース途中の富士見台公園と永林寺の2箇所には、アプリと連動したチェックポイントが設けられました。参加者の方々はそれぞれに爽やかな秋晴れの中で、大腸がん予防に効果のあるウォーキングを楽しめました。



スタート地点でアプリを起動し、さあ出発



画面にコースマップが表示されれば準備完了



道中、お気をつけて、楽しんでください



富士見台公園のチェックポイントは大きな石のオブジェが目印



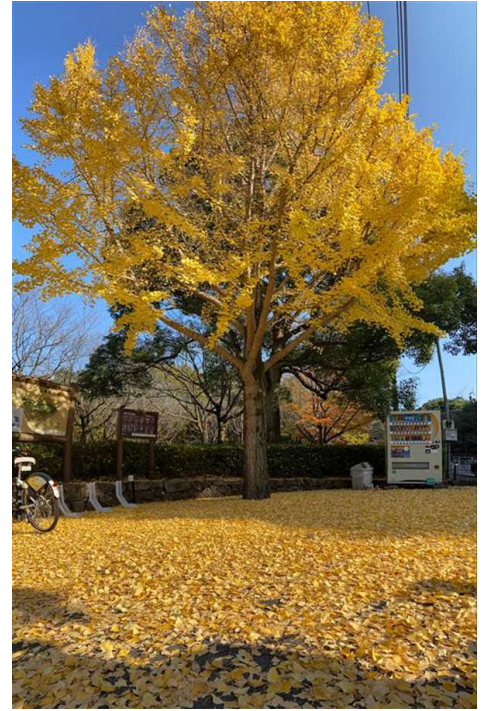
永林寺ではチェックイン後、拝観される方が多数いらっしゃいました



落ち葉のじゅうたんが敷かれたコースも素敵です



紅葉の中のウォーキングは気持ちがいいですね



木々が色づいていて、目を奪われます

無料大腸がん検診

開催期間初日の11月14日（日）には、40歳以上のイベント参加者を対象とした無料大腸がん検診の検査容器の回収を行い、約330名分の検体を受け付けました。

受付の際、新型コロナウイルス感染症拡大予防を第一に、検温や手指の消毒の他、人が対面する箇所ではアクリルパネルを設置し、また提出する方が密にならないように、提出時間を細かく設定しました。検体を提出された皆様に、ご理解ご協力をいただき、滞りなく検査容器の回収を行うことができました。



大腸がん検診検体受付窓口の様子



受付待機列は、スペースを広く設定し密にならないように



インフォメーションでは各区市町村の検診などもご案内

大腸がんクイズ（Web版）

今回は密回避の視点から、例年コース上で行っているクイズラリーやトークショーの開催が難しいことから、Web上で大腸がん検診の大切さについて学べるクイズを実施しました。また、ひとりでも多く都民の方に大腸がん検診について関心を持ってもらいたく、日本経済新聞に大腸がん検診の大切さを周知する啓発広告の掲載を行いました。

完歩しクイズとアンケートにお答えいただいた方には、後日、Tokyo健康ウォーク2021 オリジナルグッズなど記念品が送付されます。

大腸がんクイズ

大腸がんを早期で発見し治療した場合、どのくらいの割合で治るでしょうか？

Q2.

ヒント

50% 75% 95%以上

公式Webサイトでどなたでも楽しめるクイズコンテンツ（一部抜粋）

Tokyo健康ウォーク 大腸がんクイズ

正解数 2 / 5問中

何問正解できましたか？間違えた問題は解説を見てみましょう！この後のアンケートに回答いただいたみなさま全員に、素敵な参加記念品をお送りいたします。

Q1. がんで亡くなる人のうち、大腸がんで亡くなる人の数は男性と女性それぞれ何位でしょうか？

☐ 男女ともに3位

☒ 男性3位、女性1位

☐ 男性4位、女性5位

正解 こたえは、全国では「男性3位、女性1位」(令和元年時)

ウォーキング完歩者向けに別途クイズをご案内

コロナ禍でも40歳を過ぎたら1年に1回、必ず大腸がん検診を

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により日々の運動を控えることでケガや病気のリスクが高まります。

また、がん検診の受診を控えることでがんの発見が遅れる可能性があります。

ご自身とまわりの大切な人のために普段の健康を見つめ直すきっかけにしませんか。参加しよう、Tokyo健康ウォーク2021

進行するまでほとんど自覚症状が無い

女性のがん死亡原因1位 男性は2位

大腸がんは働き盛りの40歳を過ぎてから増えてきます。

早期発見・早期治療で95%以上が治ります。

ウオーキングなど適度な運動は予防効果あり

※令和元年人口動態統計（癌症別死因）より

※早期発見・早期治療した場合の5年相対生存率が95%以上

※13府がん研究調査科がんの統計2021より

東京都 東京都大腸がん検診普及啓発事業

BRV CIRCLE 大腸がん撲滅キャンペーン

学ぼう大腸がんのこと検診のこと

挑戦してみよう! 全5問大腸がんクイズ

<http://tokyo-kenkowalk.jp/quiz/>

クイズはこちら

歩いて大腸がんを予防しよう!

Tokyo健康ウォーク2021

開催期間: 11月14日(日) ~ 11月23日(火・祝)

八王子市内を巡るウォーキングを開催

参加無料 10月1日12時~申込開始

40歳以上でご希望の方は大腸がん検診が受けられます

Tokyo健康ウォーク 検索

<http://tokyo-kenkowalk.jp/>

※このイベントは新型コロナウイルス感染症拡大防止策を十分に講じ実施します。 ※今後、感染症の拡大状況などにより、やむを得ず中止または内容や運営方法に変更が生じる場合があります。あらかじめご了承ください。

申込はこちら

日本経済新聞紙面での検診啓発も実施しました



Tokyo健康ウォーク2021オリジナルマスクケース



ホットマン<1秒タオル>



森永乳業

実施概要

催事名	Tokyo健康ウォーク2021 東京都大腸がん検診普及啓発事業、ブレイブサークル大腸がん撲滅キャンペーン
主催	東京都、NPO法人ブレイブサークル運営委員会
後援	八王子市、公益社団法人東京都医師会、公益社団法人東京都歯科医師会、公益社団法人東京都薬剤師会、公益財団法人日本対がん協会

特別協賛	オリンパス株式会社、栄研化学株式会社
協賛	森永乳業株式会社
協力	NPO法人東京都ウォーキング協会、公益財団法人東京都予防医学協会
開催場所	東京都八王子市内の約7km【起点：南大沢駅（京王相模原線）】
日時	2021年11月14日（日）～ 23日（火・祝） 安全のため8:00～16:00でのウォーキングを推奨
参加費用	無料 先着1,000名（ご同伴者を含め最大2,000名様）

開催期間：11月14日(日)～23日(火・祝)

先着 1,000名様
(ご同伴者含め最大2,000名様)

参加無料

コース 東京都八王子市内の約7km [起点：南大沢駅(京王相模原線)]

**イベントは終了致しました。
多くの皆様のご参加、誠にありがとうございました。**

[HOME](#) [開催概要](#) [参加の流れ](#) [大腸がんクイズ](#) [2021年度の様子](#) [過去開催](#) [規約・注意事項](#) [大腸がんについて](#)

Tokyo健康ウォーク 2021

Copyright © 2021 tokyo-kenkowalk.jp All Right Reserved.