



思春期の次代の天皇

悠仁 さま 16

# 既定路線 反発する

紀子 さま 56  
戸惑い

## 大谷翔平 28 活躍支える年下シン・女房 28

特大  
ピンナップ  
つき!



雅子 さま 59

# 名誉挽回 英訪問の障壁

# 週刊アサヒ

翔平に夢中♡

## King & Prince



Snow Man  
『滝沢歌舞伎』ラスト!

高倉健 さん 享年83  
養女が 59  
厚顔ビジネス

西島 俊秀 52  
北川 名門小学 46  
入学式で 隠した こだわり

5月2日号  
特別定価460円  
主婦と生活社

桐谷 健太 43  
主演ドラマに問題児 35  
不在も凋落不可避

NHK 阿部 ナア 55  
局内不倫が6か月・昼ラジオでひっそり復帰

萬田 子久 65  
全身ブラック貫禄お散歩の相手

玉木 宏 43  
目撃撮り子育て奮闘リアル主夫

手越 祐也 35  
冠番組はゆるキアラ頼み



オンナの 100万円以上の差!  
年金寿命  
のばす秘策⑧

志茂田 景樹 83  
車いす生活は5年目

笑いに懸けた女たち 親の看取り後悔したと  
山邦子 62 ブスと言われて驚いた

『ハロプロ』寮で漏水トラブル勃発!



不時着撮 今すぐ引退してほしい  
政治家

さばツナいわし  
魚缶で  
脳若返り レシピ



見逃されがち  
女性の病気

自宅がん検査 カマ カマ美食ランキング  
食費1か月1万円台節約 テク

信頼できるの!?

話題の

# 自宅ががん検査

## 唾液便血液

## 編集部が試してみたら!



教えてくれたのは

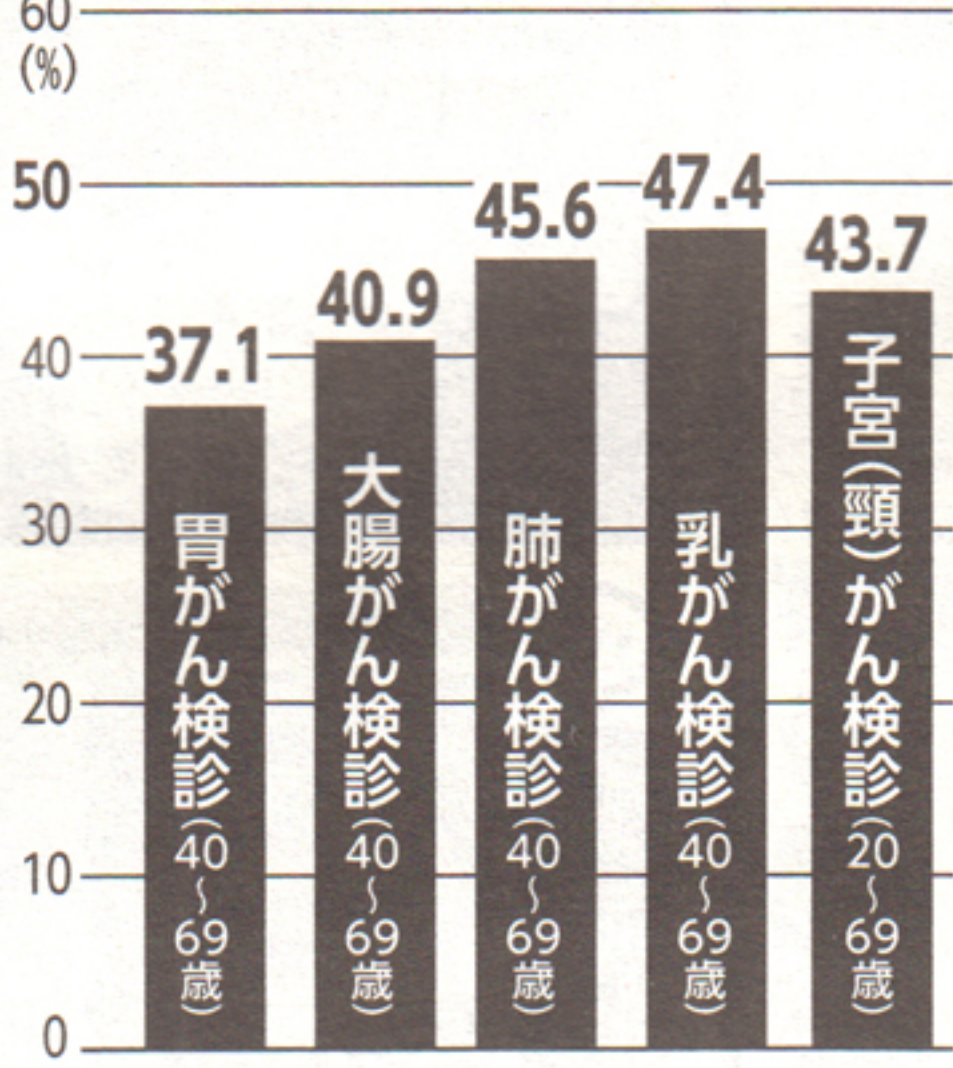
植田美津恵さん  
医学ジャーナリスト、  
医学博士、東京通信大  
学教授。がん検査キッ  
トの開発に携わった経  
歴も。教壇に立つほ  
か、健康に関する講演  
・テレビ出演など幅広  
く活躍。



「世界に誇る日本の医療保険制度。それが裏目に出ているのが、がん検診率の低さです」と危惧するのは医学ジャーナリストの植田美津恵さん。早期発見を逃さないためにはおうちでできるがん検査キットの活用も有効!でも価格は高いの?信頼性はどうかの?編集部がカラダを張ってお試し比較。

日本人の死因ナンバーワンである「がん」。早期発見・早期治療が生死の分かれ目ともいえるが、がん検診受診率は近年ずっと50%ほどで、女性に限ればさらに低い。加えてコロナ禍は検診控えもあり、より受診率がダウン。「日本の医療保険制度は世界有数の充実度。しかし、それが逆効果となり、検診控えを引き起こしています」そう話すのは、医学ジャーナリストの植田美津恵さん。「欧米のがん検診受診率は約80%と高水準。それは治療費が高額のため、予防の意識が高いからです。逆に日本は自己負担が軽いため、その意識が低い。また治療費は保険が利きますが、検診費用は保険適用外であることも、検診を後回しにしまう要因に」

### 女性のがん検診受診率



欧米のがん検診受診率は80%と高いのに比べ、日本の女性は50%以下と低い数字。  
※国民生活基礎調査、国立がん研究センターがん対策情報センターによるグラフをもとに作成(2019年)。乳がん、子宮(頸)がん検診は過去2年間の受診有無、それ以外は過去1年間の受診有無。

早期発見できれば  
300万円抑えられる

その一方で「病院に検査に行きたくない人」から注目を集めているものがある。それはおうちで簡単にできる「自宅がん検査キット」だ。「コロナ禍をきっかけに利用

者が増えました。一般的ながんの検査は、検査にかかる拘束時間が長い、予約が取りにくいなど時間と手間がかかりがち。でもキットであればそれらの負担はありません。好きなときに検査ができ、数分で済むので非常に手軽」加えて早期発見につながる点も、見逃せないメリット。

### 病院と自宅での検査 精度の違いはある?

検査キットを使う上で気になるのが精度。病院での検査に比べてどうなのだろうか? 「第一段階の検査に関しては、どちらもあくまでもがんのリスクを調べるものであり、病院が自宅かで精度の差はありません。例えば病院で

血液検査をしても、わかるのはがんのリスク値。値が高ければ要精密検査となりMRIやCTなどの検査をし、最終的には細胞診をすることで「がん」と診断されます」検査キットと病院の検査の違いは? 「特にがん家族歴があるなら、定期的な検査を行ったほうがいいので、自宅検査キットで年1回はチェックを行うと安心。そこで異常が見つかったら、病院で精密検査を。検査のハードルが低い自宅キットを活用してください」

### こんな人におすすめ!

- 検査にかかる手間や時間を省きたい
- 専業主婦や個人事業主など定期的な健康診断がない
- 家族にがんの人がいる
- 複数の部位のがんリスクを一度に調べたい

難易度 やり方は  
**2** 健康診断と同じ! **便**で

5分で結果がわかる  
低価格もうれしい

**大腸がん  
腫瘍マーカー  
検査キット**



女性のがん死亡原因1位である大腸がんに特化。便に、キット内のスティックをさして採取し、液体容器に入れて混ぜるだけ。それをテストカードに垂らせば、5分ほどで結果が出て非常にスピーディーだ。便中のヒトヘモグロビンとトランスフェリンを測定し、がんリスクをチェックする。大腸がんは早期発見なら5年生存率は94%以上というデータもあるため、こまめに行いたい人にとってつけ。

2980円、採取後5分程度で結果が判明  
ICheck <https://icheck.jp/forwomen/>

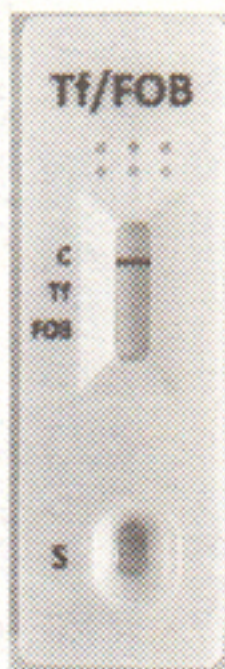
お試しレポート



排便シートを敷く。便秘ぎみなので会社の検便はストレスだったけど、自宅キットなら自分のタイミングでできて助かる!



スティックに大便を付着させて容器で攪拌し、検体をテストカセットに垂らしたら5分で判定。その場で結果が出るのでドキドキ



Cのみにラインが現れ結果は陰性。でもよく見ると、検査の指標のひとつであるトランスフェリンにうっすら線が

知りたいときにその場で判定が出るのが魅力

難易度 **痛みもなく**  
**1** 時間も最短 **唾液**で

6種類のがんリスクが  
少量の唾液でわかる

**ザリバテッカー**



「早期のうちにがんを発見してほしい」との願いから、**唾液がん**の治療に携わってきた消化器外科医が慶應義塾大学先端生命科学研究所の研究成果をもとに開発。少量の唾液を採取するだけでがん組織の中から特異的に濃度が上がる複数の物質をAIで解析し、**口腔がん**、**肺がん**、**乳がん**、**胃がん**、**膵がん**、**大腸がん**、それぞれのリスクを0~1.00の数値で評価。

26400円(送料、検体返送料込み)  
郵送または医療機関を通して約1か月後に書面で結果が届く  
ザリバテック <https://salivatech.co.jp/>

お試しレポート



検体を送る用の箱には採取の際の注意書きが写真付きで載っていてわかりやすい! 保冷剤付き



フタをあけると、採取容器が差し込めるスタンドに。梅干しなど酸っぱいものを想像すると、唾液は意外と簡単に出てきて採取完了



検体を保冷剤入りの箱に入れ、返送用の外箱で送るだけ。外箱も返送用伝票もセットに含まれるので、面倒くさがりの私でもラクチン!

酸っぱいものを思い浮かべて唾液を出すだけで超手軽!

**血液、唾液、便……  
信頼できる検査キットの選び方**

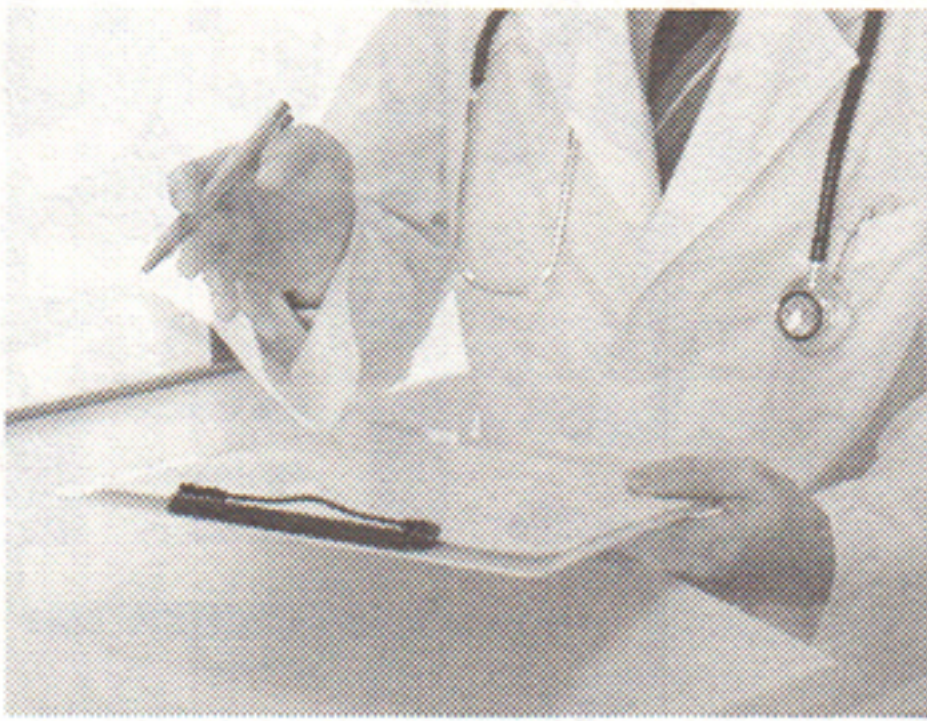
自分で検査というのと、ちょっと不安に感じてしまうが、どのような手順で行うのだろうか?

「血液、唾液、便など、どれか一種の検体を検査するタイプが多いです。検査キットは誰でも簡単に採取できるように工夫されているので、初めて利用する人でも心配いりません」(植田さん、以下同)

採取するものはさまざまあるようですが、一番精度が高いのはやはり血液?

「血液だから精度がいいというよりはありません」

血液は身体の情報が一番多く持っているのですが、がん検査によく使われる検体だが、他の検体もそれぞれに情報を持っている。唾液ならがん細胞が増殖すると発生するポリアミンなどの成分を解析するの



に有効。便は大腸に疾患がある

ると大腸内で出血することがあるため、その血液が検出できる。尿はがんの進行に役割を果たすマイクロRNAを調べる場合などに有効だ。痰をとって肺がんを検査するものや、腔内の細胞をとって子宮頸がんを検査するものなどもある。

「がんリスクの何を調べるかによって、検査に使う検体が違ってきます。それぞれの精度を単純比較することはできないし、特定のがんリスクがわかる検査と、複数のがんリスクがわかる検査で精度が違うというところもあります」

**病院での検査のほうが  
リスクが高い場合も**

またがん検査キットの中には、乳がんリスクがわかるものもあるが、乳がんリスクはマンモグラフィなどの画像診断でなくてもわかるのだからか?

「画像診断でなくてもリスクは調べられます。それにマンモグラフィは被ばく量が高いので、定期的に乳がん検査をするなら、検査キットのほうが身体への負担が少ないですね。もちろん画像診断を一切しなくてよいということでは

ごく少量の血液で  
高精度の検査

## ketsuken 女性向けがん検査



20460円(送料、検体返送料込み)  
検体送付後3日以内にアプリに結果が届く  
ketsuken  
<https://ketsuken.com>

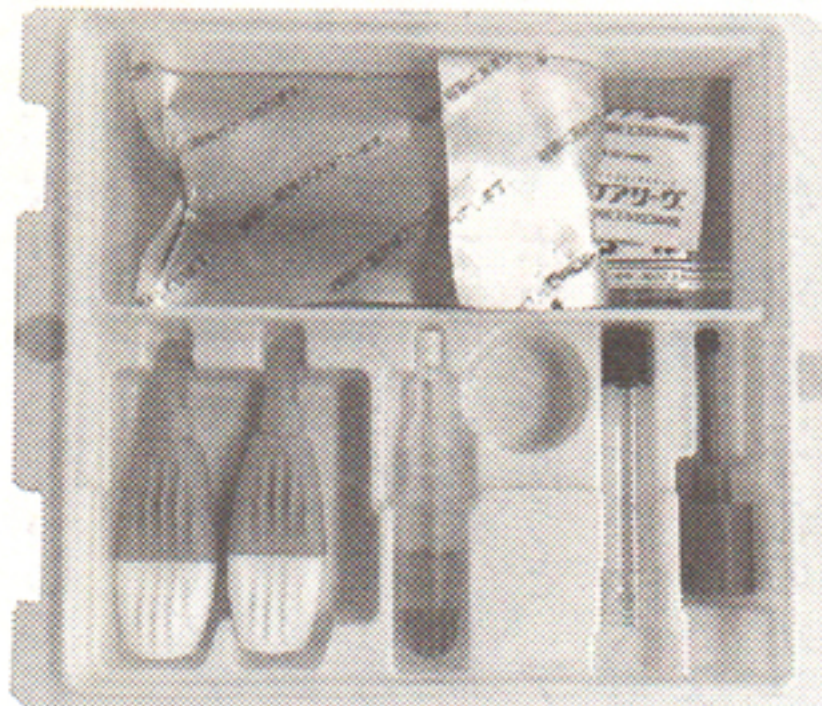
難易度 ③ 注射が苦手な人でも  
抵抗感なくできる

## 血液で

採取する血液は、目薬1滴程度。ごく少量だが、血液検査機関が独自に開発した最新技術で、医療機関での血液検査と同程度の高精度を実現。がん細胞やがん細胞に反応した細胞によって作られるCEAやCA19-9などの腫瘍マーカーを検査し、乳がん、卵巣がん、子宮がんなどのリスクがチェックできる。検査結果はアプリで届くから、過去のデータも蓄積され、推移を確認できるのも便利。採血に失敗したら初回に限り無料でキットを再送。

その場で分離させる  
注目の特許技術

## デメカル がんリスク チェッカー 女性向け



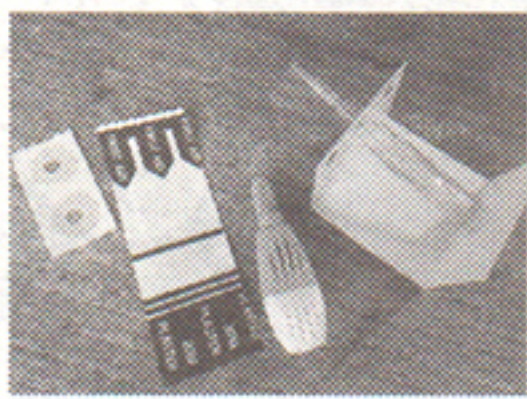
12100円(送料、検体返送料込み)  
検体到着後3日程度でスマホに結果が届く  
ウィズネット <https://demecal.com/>

採血したらその場で血液成分を分離させる特許取得を採用した検査キット。この技術で成分を安定した状態で郵送することができる。食道、大腸、乳がんなどの早期がん発見につながるp53抗体や、乳がんリスクがわかるCA15-3を検査。約3日で結果速報がスマートフォンへ、約10日でコメント付き検査結果が郵送される。採血に失敗したら無料でキットを再送。



### お試しレポート

針が見えない作りなので  
自分で刺す怖さも軽減



返送用伝票や保冷剤、血が垂れるのを防ぐパッチなどもついているので安心。採取容器を組み立て式のスタンドにセットして準備完了



針が見えない状態で刺せるようになっているので、注射が苦手でもひるむことなくプスリ!



3日でスマホに結果が到着。今のところ正常値でホッ

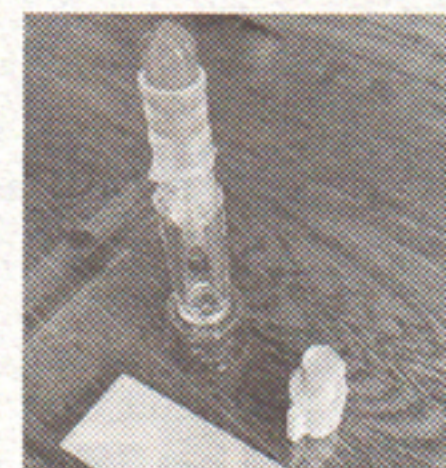


器具や手順は多めだけど  
説明動画を見れば問題なし

### お試しレポート



ランセット(針)は、カチッと押しつけて針を刺すので失敗なし。血液をスポイトで吸う



キットの箱のフタを裏返すと容器のスタンドに。倒れないよう工夫され採取しやすい



シリンダーを挿したりとやや複雑だけど、説明動画があるので失敗なく終了

## + おうちで検査したあとの アフターフォローが重要

「異常値」や「陽性」が出た場合、アフターフォローの存在は重要だ。

「サリバチェッカー」は自宅に取り寄せできるものの、基本的には医療機関を通して検査する方法を推奨。高リスクだった場合、すぐに医師に相談できるよう配慮しているため。個人でキットを取り寄せた場合でも、全国にある提携医療機関で相談を受け付けてくれる。

「ketsuken」はビデオ通話を使って、医師にオンラインで保険診療を受けることが可

能。生活習慣についてアドバイスが受けられるほか、必要であれば大病院を受診する際に必要な紹介状も作成してくれる。紹介状なしで受診すると、通常7000円以上の特別料金がかかるので、その分お得といえる。

また自分で血液を採取するのは慣れない人も多いが、「デメカル」、「ketsuken」には使い方の電話サポートがあるので安心。各社HPでサポートの有無を確認して。

病院であれ自宅キットであれ、見落としを完全に防ぐこ

点を徹底解剖!

はないので、バランスよく取り入れて」  
検査キットの選び方として植田さんが重視するのは「購入後のサポートがあるかどうか」。  
「検査キットは自分で検体を採取するので、きちんととれないと正確な検査結果が得られません。そのため、使用方法などのサポートがしっかりあるものが好ましいです。特に検査結果が「高リスク」と出た場合、アフターフォローがあるかどうかは重要。電話相談や病院の紹介、精密検査を促すなど、細かいケアをしてくれるもののほうが、より信頼がおけます」(詳しくは左コラムを参照)

とはできない。だが一方で、がんは急になるものではない。だからこそ手軽な方法で検査を習慣化し、数値の変化をチェックして、早期発見につなげることが重要なのだ。今回は血液、唾液、便、各タイプのキットを編集部が実際にトライ。使い方や気になる

