

# これからの10年。 見えないところから リスクは大きく なっていく。

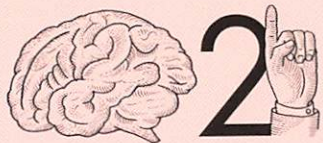
外見ではわからなくても、  
身体の中は今後10年で変化  
していきます。ここでは、  
50代から60代になった  
ときにあなたに訪れる  
リスクをお見せします。

## 脳 [Brain]

寝たきりになる  
原因1位の  
脳血管疾患。

リスクはこれから  
2倍以上に。

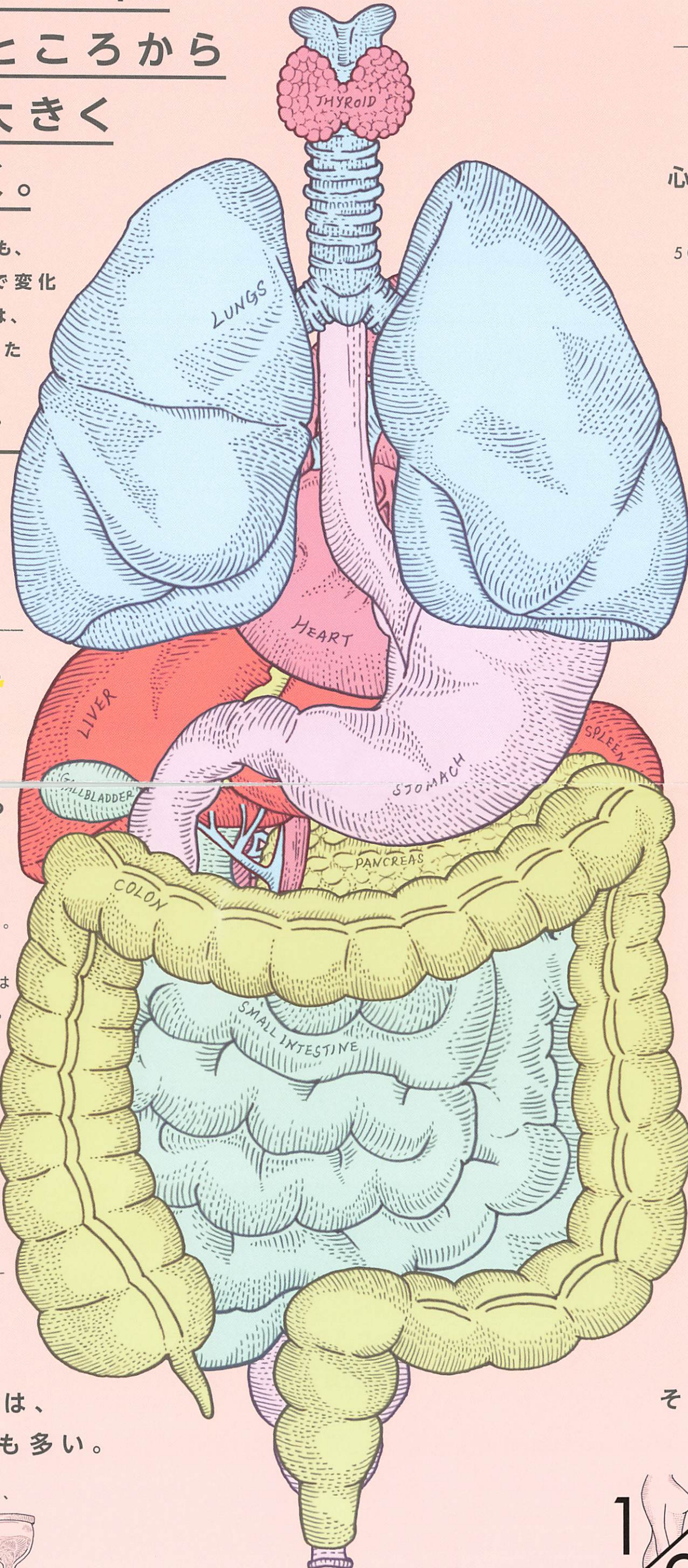
脳血管疾患の死亡率は、  
60代で50代の2倍以上に。  
死亡率は減少傾向ですが、  
後遺症による要介護の割合は  
増えると予測されています。



## 大腸 [Colon]

約11人に1人  
が経験する  
大腸がん。男性は、  
60代がもっとも多い。

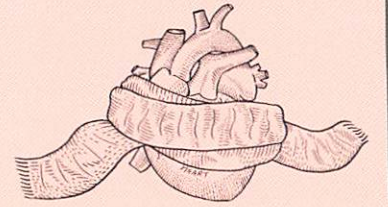
発症年齢が遅めのがん、  
大腸がん。男性は  
約10人に1人、  
女性は約12人に  
1人がかかります。



## [Heart] 心臓

天気の良い日  
や寒い日は、  
心臓に注意です。

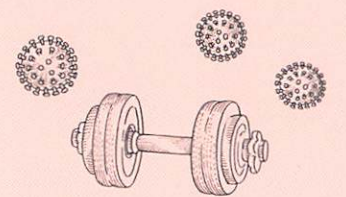
60代の心疾患死亡率は、  
50代の約2倍。気温の変化  
などの外的ストレスも  
引き金になります。



## [Lung] 肺

不要な外出は、  
感染リスク。  
運動不足は、  
重症化リスク。

米国の調査では、運動  
してない人の新型コロナ  
ウイルス感染症の重症化率  
は運動している人に  
比べて約1.7倍。散歩の  
ような軽い運動でも、  
リスクは低下します。



## [breast] 乳房

一生のうち、  
9人に1人は  
乳がんになる。  
その患者の半分は  
60代以上です。



40代の後、60代で  
2度目のピークを  
迎える乳がん。その  
リスクは、BMI値と  
ともに上昇します。