

健康を守るための新たな選択肢。

アミノインデックス® でリスクを正しく理解する

味の素株式会社が開発した『アミノインデックス® リスクスクリーニング (AICS®)』は、1回の採血で「がん」「脳卒中・心筋梗塞」「認知機能低下」「糖尿病」のリスクをチェックできる検査です。今回は、当検査をはじめて受診したという第一生命保険株式会社の西田さんをお招きし、お話しを伺いました。



第一生命保険株式会社 総合法人第一部
部長・プロジェクトリーダー
西田 千恵 (にしだ ちえ) さん

がん家系という漠然とした不安に向き合うため、アミノインデックス® は最適だった

—西田さんがアミノインデックス® の受診を決めた理由を教えてください。



(西田千恵：以下、西田) はい。私の母と祖母が、がん罹患経験のあるいわゆる「がん家系」なんです。そのため自分自身のリスクも把握しておきたかったというのが、一番の理由ですね。何となく「もしかしたらいつか自分も…？」という漠然とした不安を抱え続けるより、数値としてリスクを知っておけば、食生活や生活スタイルの改善など予防するための行動を取れますよね。それは私にとって費用以上に大きな価値だと感じたので、今回受診を決意しました。

判明したリスクに合わせて「健康への気遣い方」を調整できるのは非常に合理的

—実際に受診してみて、どうでしたか？

(西田) 検査結果を受け取った感想としては、項目ごとに詳細に評価してくれているので健康診断と比べて具体的な気付きが多くてよかったです。たった1回の採血(※1)でこれだけのことがわかるって、すごいですよね。私の場合、家族の既往歴と近い結果になるのではと想像していたのですが、意外な分野で比較的高いリスクを抱えていることがわかってハッとしました。元々健康への意識は高く、参考書もよく読みますし、健康的な食生活や適度な運動も心がけているので大きな心配はしていなかったんです。しかし本来抱えているリスクとは異なる方向に頑張っていたのでは、その労力ももったいないですよ。今回判明した検査結果を踏まえて、食事や運動、睡眠時間といった生活習慣まで、いま一度見直そうと思っています。

※1・・・1回の採血(約5ml)で検査が可能



*採血シーンイメージ

自分の身体をきちんと労わり、健康を守っていく

—西田さんにとって「健康」とは何でしょうか。

(西田) もしかしたら、特に何もしなくても老後まで健康で過ごすことができるのかもしれませんが、でも技術の進歩した現代では、簡単な検査一つで将来に関わるリスクを把握し、先回りして「予防」という行動に移すことができる。私にとって今回のアミノインデックス® の受診は、この先の健康を守るために非常に重要な機会だったと思います。仕事も家庭もそして趣味も、すべて健康あってこそですね。

私にとって健康は「なくてはならないもの」です。これからはより意識して、自分の身体を労わっていきたいです。

—発症、または深刻化する前に対策する。まさに自分自身を労わる行為ですね。本日はどうもありがとうございました。