



対がん協会報

1部70円(税抜き)

第685号

2020年(令和2年)
2月1日(毎月1日発行)

公益財団法人 日本対がん協会 「日本対がん協会」と「対がん協会」は登録商標です

〒104-0061 東京都中央区銀座7-16-12 G-7ビルディング9階
☎ 03-3541-4771 FAX 03-3541-4783 <https://www.jcancer.jp/>

主な内容

- 2～3面 RFLJ2019年度報告
- 4～5面 2020年RFLヒーローズ・オブ・ホープ決定
- 6面 がん教育研修会・シンポジウム

男性喫煙率3割切る 30代男女の喫煙の約半数が加熱式タバコに

男性は過去最低に
女性は20代が増加に

2018年の国民健康・栄養調査

厚生労働省が1月14日に発表した2018年の国民健康・栄養調査で、男性の喫煙率が、29.0%(前年比0.4ポイント減)となり、17年の調査に続き、3割を切り、過去最低を更新したことが分かった。しかし、女性は8.1%で前年比0.9ポイント増え、男女合わせた喫煙率は17.8%(前年比0.1ポイント増)で、微増状態となった。

年代別では、男性は30代が37.4%と最も高く、40代が37.0%と続き、女性は40代の13.6%が最も高く、20代の10.8%、50代の10.2%と続いた。20代は男性が25.7%と30～60代に比べると

低かったが、20代の女性は前年より4.5ポイントも増加していた。

今回初めて喫煙しているタバコの種類についても調査し、習慣的に喫煙しているタバコを「加熱式タバコ」とした割合が男性で30.6%、女性で23.6%占めていることが分かった。男性では30代では52.1%、20代では50.8%と過半数を超え、女性でも30代は46.2%、20代で34.5%を占めていた。30代の男女では約半数を占め、加熱式タバコが若年層に浸透している実態がうかがわれた。

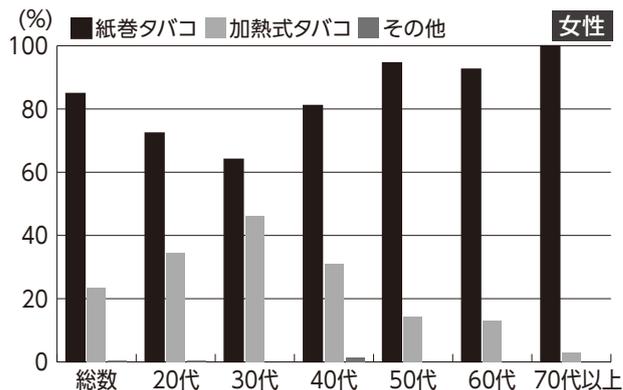
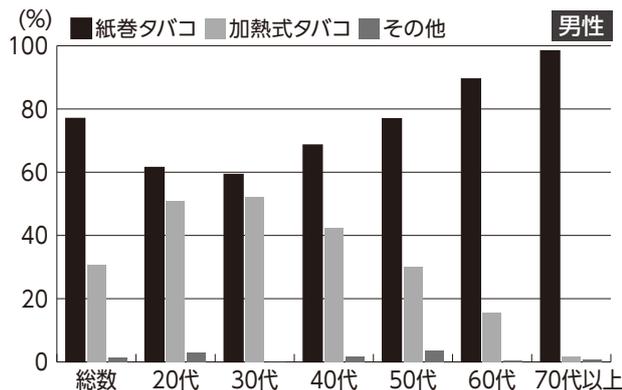
喫煙者の中で「タバコをやめたい」と

考えている人の割合は、32.4%(前年比3.5ポイント増)。男性は30.6%で前年比4.5ポイント増だったが、女性は38.0%で前年比1.0ポイント減となっていた。

また、たばこを吸っていない人が受動喫煙する機会が多い場所は、「飲食店」が36.9%でトップ。次いで「路上」(30.9%)、「遊技場」(30.3%)、「職場」(28.0%)が多かったが、いずれも減少傾向にあった。

国民健康・栄養調査のうち、喫煙などの生活習慣の調査は、全国の20歳以上の男女約6554人を対象に18年11月に実施した。

習慣的に喫煙している人のタバコの種類



がん相談ホットライン 祝日・年末年始を除く毎日
03-3541-7830

日本対がん協会は、がんに関する不安、日々の生活での悩みなどの相談(無料、電話代は別)に、看護師や社会福祉士が電話で応じる「がん相談ホットライン」(☎ 03-3541-7830)を開設しています。祝日を除いて毎日午前10時から午後6時まで受け付けています。相談時間は1人20分まで。予約は不要です。

医師による面接・電話相談(要予約)
社労士による就労相談(要予約)
予約専用 03-3541-7835

日本対がん協会は医師による面接・電話相談と社労士による就労の電話相談(ともに無料、電話代は別)を受け付けています。予約・問い合わせは月曜から金曜の午前10時から午後5時までです。医師による相談は電話が1人20分、面接は30分、社労士による電話相談は40分になります。詳しくはホームページ(<https://www.jcancer.jp/>)をご覧ください。

特集 リレー・フォー・ライフ・ジャパン

2019年度リレー・フォー・ライフ・ジャパン(RFLJ)活動報告

公益財団法人日本対がん協会 RFLJ マネジャー **平野登志雄**



初開催のRFLJ三重

開しました。一方で、小松島(徳島県)で活動が休止、高松(香川県)では開催を秋から春への変更を行うため、その繋ぎとしてプレイベントを行いました。

3地区が開催10周年

福島、岡崎、えひめで活動開始10周年を迎えました。継続して行く事の難しさに直面する中、RFLの活動意義を実行委員会メンバーで問いかけ、共有しながら乗り越えてきた結果であり、地域にしっかりと根付いてきた証でもあります。

一人一人の力は小さくても、その力を合わせる事で大きな力とし、がん征圧を目指しながら、一日でも早く、一人でも多く、がんで苦しむ人や悲しむ人がいなくなる社会を構築する、そのRFLの使命を全うすべく、今や世界30カ国で活動が行われています。

この力は、がんと向き合う勇気と生きる希望を与えてくれることは間違いありません。

これからも、この力をより大きな力とすべく取組んで参りますので、皆様方の一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

2019年度は全国48地区でリレー・フォー・ライフ・ジャパン(RFLJ)の活動が展開されました。昨年に引き続き台風等悪天候の影響を受けた地区も多くありましたが、無事に終了する事ができました。年間を通して活動を行なっていただきました各実行委員会の皆様、イベント当日ボランティアとして、またチームや個人としてご参加いただいた皆様、そして、ご寄付やご協賛にてご支援下さった皆様、RFL活動をご支援いただいた全ての皆様に厚く御礼申し上げます。

今年度も各地区の活動において、たくさんのお出会いと感動、そして固い絆が生まれました。

のリレーイベントは松阪市総合運動公園で開催。天気に恵まれ、素晴らしい締めくくりとなりました。

大分中津は、大分県で2地区目の活動です。実行委員長の福山康朗さんは、腫瘍外科医で、RFLJ大分実行委員会にて活動を行っていましたが、勤務先のある中津市でもRFLをとの想いが芽生え、勤務先の病院を中心に活動を展開しました。リレーイベントは三光総合運動公園にて開催、当日はあいにくの雨となりましたが、それにも負けずに歩き続けました。更なる天候の悪化と安全を考慮し、早めの終了となりましたが、感動的なものとなりました。

また、昨年活動を休止しておりました徳島(徳島県)は、新たな気持ちで再

2地区で初開催

三重県松阪市と大分県中津市で新たな活動が始まりました。三重の実行委員長大西幸次さんは、自身もサイバパーであり、他の地区でのRFLに参加していく中で、「地元でもRFLを」との想いから、患者仲間や知人、友人に声を掛け、地道に活動を展開、頼もしい仲間が集いました。集大成



10周年を迎えたRFLJえひめ

岐阜大学医学部附属病院で行われたRFLJ岐阜



雨の中、初開催したRFLJ大分中津



特集 リレー・フォー・ライフ・ジャパン

リレー・フォー・ライフ・ジャパン 2019年度 収支報告一覧

	月	日	都道府県	地区	参加人数	チーム数	サブイバ数	ご寄付総額	実行経費	ACS寄付	協会寄付	振込額	寄付率
1	5	11・12	東京	御茶ノ水	1,037	23	128	1,056,530	99,530	31,696	925,304	957,000	90.6%
2	5	18・19	茨城	つくば	1,400	30	300	2,854,545	1,728,017	85,636	1,040,892	1,126,528	39.5%
3	5	18・19	熊本	熊本	938	47	103	1,751,371	1,111,115	52,541	587,715	640,256	36.6%
4	5	18・19	大分	中津	859	12	23	804,080	224,328	24,122	555,630	579,752	72.1%
5	5	25・26	和歌山	和歌山	1,000	16	60	1,974,184	1,025,378	59,226	889,580	948,806	48.1%
6	5	25・26	宮崎	宮崎	678	34	85	2,247,071	1,276,085	67,412	903,574	970,986	43.2%
7	6	8・9	兵庫	神戸	1,500	91	60	2,395,815	1,800,135	71,874	523,806	595,680	24.9%
8	6	22・23	青森	八戸	2,125	32	85	2,236,221	1,341,959	67,087	827,175	894,262	40.0%
9	8	11・12	福島	福島	2,500	43	100	4,416,171	2,339,915	132,485	1,943,771	2,076,256	47.0%
10	8	24・25	北海道	室蘭	1,200	26	100	2,665,608	1,366,484	79,968	1,219,156	1,299,124	48.7%
11	8	24・25	北海道	苫小牧	1,300	32	40	2,177,571	1,300,571	65,327	811,673	877,000	40.3%
12	8	30・31	山梨	甲府	760	14	140	1,071,372	760,596	32,141	278,635	310,776	29.0%
13	8	31・9/1	岩手	北上	605	17	39	1,312,918	537,498	39,388	736,032	775,420	59.1%
14	8	31・9/1	岩手	一関	1,200	44	44	3,110,449	1,704,407	93,313	1,312,729	1,406,042	45.2%
15	8	31・9/1	宮城	仙台	736	14	148	2,150,444	1,416,861	64,513	669,070	733,583	34.1%
16	9	7・8	青森	青森	828	19	95	1,300,582	551,492	39,017	710,073	749,090	57.6%
17	9	7・8	福井	福井	1,000	48	200	1,533,812	1,047,611	46,014	440,187	486,201	31.7%
18	9	7・8	神奈川	横浜	700	44	31	1,749,319	790,342	52,480	906,497	958,977	54.8%
19	9	7・8	長野	松本	1,500	42	70	2,652,393	2,283,145	79,572	289,676	369,248	13.9%
20	9	7・8	兵庫	芦屋	2,100	154	105	4,128,057	3,109,849	123,842	894,366	1,018,208	24.7%
21	9	7・8	福岡	福岡	824	43	78	1,956,476	1,555,160	58,694	342,622	401,316	20.5%
22	9	14・15	栃木	壬生	2,306	48	158	5,024,823	3,890,773	150,745	983,305	1,134,050	22.6%
23	9	14・15	埼玉	さいたま	3,100	52	72	3,732,118	2,832,332	111,964	787,822	899,786	24.1%
24	9	14・15	埼玉	川越	1,790	39	164	3,645,865	2,835,209	109,376	701,280	810,656	22.2%
25	9	14・15	長野	長野	2,400	39	170	3,678,103	1,760,684	110,343	1,807,076	1,917,419	52.1%
26	9	14・15	静岡	ながいずみ	423	10	38	1,340,370	475,505	40,211	824,654	864,865	64.5%
27	9	21・22	新潟	新潟	1,390	23	132	2,973,489	2,136,647	89,205	747,637	836,842	28.1%
28	9	21・22	静岡	静岡	1,500	32	100	3,087,737	995,809	92,632	1,999,296	2,091,928	67.7%
29	9	21・22	佐賀	佐賀	607	44	94	1,798,533	1,493,068	53,956	251,509	305,465	17.0%
30	9	21・22	大分	大分	0	45	0	3,067,284	595,193	92,019	2,380,072	2,472,091	80.6%
31	9	28・29	石川	金沢	1,000	23	360	4,327,652	3,617,652	129,830	580,170	710,000	16.4%
32	9	28・29	奈良	天理	350	15	165	995,347	589,489	29,860	375,998	405,858	40.8%
33	9	28・29	広島	広島	640	41	75	2,743,727	1,334,217	82,312	1,327,198	1,409,510	51.4%
34	9	28・29	徳島	徳島	722	12	51	766,633	569,643	22,999	173,991	196,990	25.7%
35	9	28・29	岡崎	岡崎	1,347	38	79	2,060,584	1,167,739	61,818	831,027	892,845	43.3%
36	9	28・29	京都	京都	250	12	27	591,579	308,859	17,747	264,973	282,720	47.8%
37	9	28・29	三重	松阪	497	23	75	1,873,730	761,907	56,212	1,055,611	1,111,823	59.3%
38	10	5・6	岐阜	岐阜	560	20	80	960,224	251,557	28,807	679,860	708,667	73.8%
39	10	5・6	愛知	東三河	479	14	50	1,758,418	681,057	52,753	1,024,608	1,077,361	61.3%
40	10	5・6	山口	周南	402	14	28	881,708	640,582	26,451	214,675	241,126	27.3%
41	10	5・6	愛媛	松山	1,947	35	68	3,564,185	2,672,932	106,926	784,327	891,253	25.0%
42	10	12・13	群馬	前橋	0	94	0	5,792,528	2,989,991	173,776	2,628,761	2,802,537	48.4%
43	10	12・13	滋賀	滋賀医大	0	22	0	879,058	667,208	26,372	185,478	211,850	24.1%
44	10	19・20	東京	上野	10,000	54	149	8,780,420	3,712,625	263,413	4,804,382	5,067,795	57.7%
45	10	19・20	大阪	旭区	600	32	35	730,596	120,359	21,918	588,319	610,237	83.5%
46	10	26・27	大阪	貝塚	656	30	27	872,511	727,951	26,175	118,385	144,560	16.6%
47	10	26・27	高知	高知	2,300	39	60	3,254,961	2,209,153	97,649	948,159	1,045,808	32.1%
48	11	9・10	沖縄	浦添	1,000	18	90	1,410,289	1,132,293	42,309	235,687	277,996	19.7%
			2019年 合計 (48会場)		61,056	1,693	4,381	116,137,461	68,540,912	3,484,124	44,112,425	47,596,549	41.0%

開催状況：荒天の為、群馬・滋賀・大分はイベント中止。

※ ACS 寄付 = アメリカ対がん協会に対するロイヤルティ

寄付金は日本対がん協会を通じて、がん医療の発展のための「プロジェクト未来」、「若手医師育成奨学金」や患者支援の「がん相談」や「検診推進」に役立てられています。一部はRFLJの運営資金に充てられます。



「ヒーローズ・オブ・ホープ」 受賞者決定

「グローバル・ヒーローズ・オブ・ホープ(GHOH)」は、アメリカ対がん協会(ACS)から認定される名誉ある賞。自らの病と闘い、人々に希望や勇気を与え、前向きにがんに向かい向かうサバイバーの代表として、リレー・フォー・ライフ(RFL)に参加する世界各国から選ばれる。日本では日本対がん協会がACSに推薦し、ACSの選考を経て決定する。本年度は全世界から35人が選出され、日本からは廣瀬哲也さん、山下みちさん、木原慶吾さんの3人が選出された。

ケアギバーがサバイバーをたたえるRFL

廣瀬 哲也さん(RFLJ川越 ケアギバー)



私は、東京女子医科大学、都立駒込病院で外科医としてがんの治療に携わってまいりました。

出身地川越の病院に移り、がん検診や緩和ケアにも関わるようになりました。

しかし、早期がんの発見に役立つはずのがん検診率が、地元埼玉県ではいつまでも低迷したままであり、「家に帰りたい」「仕事を続けたい」という患者さんの思いが、なかなかかなわずにいる現況を目の当たりにし、何か社会の中で患者さんの役に立つことはないかと思っておりました。

そんな中、2009年にミクシイというSNSで「がんでもいいじゃん」という方たちと知り合いました。メンバーの人たちが日本各地で参加しているRFLというのは何だろうと思い、私も参加したいと連絡をしたところ、ちょうどその年からさいたま市と川越市で開催が始まることを教えていただき、RFLに関わるようにな

りました。

たまたま川越市の実行委員の中で、地元に住んでいるのが私一人だったため、実際のRFLを1度もみたことがないまま、初回の大会委員長として市役所や医師会、商工会議所などとの交渉に当たりました。

参考にしようと思って参加したRFL新横浜で、日本でRFLをやるうと最初に声を上げた三浦秀昭さんや堀均さんに出会い、「サバイバー以外で大会委員長をしたのはお前が初めてだ、日本のRFLはサバイバー自身がやむにやまれぬ思いで始めたが、でもケアギバーが俺たちサバイバーをたたえてくれるのが、本来のRFLの姿だ」との言葉をいただき、元気づけられたのを思い出します。

ケアギバーがサバイバーからHOPEをいただく、それもRFLの素晴らしいことなのだと感じます。

日本でRFLが始まった2006年から2007年前後は、まだサバイバーが「私は、がん患者」と言い出せる環境は日本には整っていませんでした。

つらく暗い夜を多くのサバイバーが過ごしていました。これまでもがん患者会、病院内のがんサロンな

ど、患者さんを取り巻く諸問題を語り合う場がなかったわけではありませんが、患者さん、ご家族、医療関係者などに参加が限られており、例えば、職場、学校など社会の中で患者さんを支えようという仕組みは、ほとんどありませんでした。

その様な中でRFLが始まり、「患者さんたちがサバイバーとして声を上げていいのだ」「どんな立場の人でもケアギバーとしてがんとの闘いのフロントラインに立てるのだ」ということを示してくれたことは、とても重要だと思います。

たとえ近親者ががん患者がいなくとも、医療に携わる仕事をしていなくとも、志さえあればサバイバーを支える輪の中に入れることは、いままでも何かサバイバーの役にたちたいと考えながらも行動に移せず、じくじたる思いに駆られていた方々の後押しとなります。

まさに、RFLが、サバイバー、ケアギバー共に夜を乗り越える希望の光をともしたのです。

これからも、GHOHとしてRFLの活動発展のために、より一層取り組んでいきます。

※ケアギバー：サバイバーの家族や遺族、支援者のこと

古本で日本対がん協会に寄付ができます

読み終えた本やDVDなどを活用しませんか？

詳しくは「チャリボン」 <https://www.charibon.jp/partner/JCS/>
(ISDNのバーコードがついた書籍類が対象です)

charibon by VALLE BOOKS

お問合せ(株式会社バリューブックス): 0120-826-295
受付時間: 10:00-21:00(月~土) 10:00-17:00(日)

RFLを全国のサバイバーの心のよりどころに

山下 みちさん(RFLJ高知 サバイバー)



私は、2003年に乳がんにかかりました。サバイバーでありながら、2006年につくばでRFLが開催されたことを全く知りませんでした。

私自身が、がんにかかり5年目のころ、高知県の委託を受けて運営しているがん相談センターの所長から、「高知で初めてRFLというものを開催しようと思っているので、実行委員会立ち上げに協力してほしい」と声をかけてもらいました。

実行委員会のメンバーは、会社員、主婦、医療従事者、公務員など様々な職種から集まってきており、私もその中の一員としてRFLに携わるようになりました。

RFLは、がん患者さんやそのご家族を支援し、地域全体でがんと

向き合い、がん征圧を目指し1年を通じて取り組むチャリティー活動である。その目的に共感し、私たちは活動しています。

RFLを開催することによって得られるものはたくさんあります。

孤独と不安でいっぱい患者さんが、同じ病気の仲間と出会うことで勇気をもらいます。自分自身のがん体験を隠さず胸の内を語ることが出来、それによって精神的な苦痛から解放されることもあります。

医療従事者は、がん患者さんが何を必要としているのか、もっとよい援助は何か、RFLの会場で直接患者さんに接し感じ取ることができ

ます。啓発活動をすることで、がんの予防や、積極的にがん検診を受けるように努め、また、周囲の者にがん検診の受診を呼びかけます。

RFLで寄せられた寄付金はこれからのがん医療に役立ててもらえま

す。私たちの活動が生かされ、どこかで誰かの役に立つことができるこのチャリティーは、さらに根付かせていきたいと考えます。

何よりも、がん患者が声を上げて日本で行われるようになったRFLが、全国で開催されるように、全国のサバイバーの心の拠り所となることを願っています。

日本では、生涯で二人に一人ががんに罹患すると言われていています。私自身も肉親をがんで失った経験があります。ここ数年、がんへの関心が高まり、患者へのがん告知も当たり前になっていきます。それでもやはり、がんを告げられた者の精神的ショックは大きいです。

がんと告げられたら、がんと生きるしかない。一日でも早く、がんで苦しむことのない世の中になるように、誰もが手を差し伸べて支え励まし、手助けできるような、そんな世の中になるように心から願います。

RFLはがんで苦しむ人々の人生の指針

木原 慶吾さん(RFLJ佐賀 サバイバー)



私は、2012年4月「肺腺がん」の告知を受け、その時は本当に目の前が真っ暗になりました。当時、音楽活動と県内放送局でラジオパーソナリティーをやっていたのですが、肺機能が20～30%は落ちるだろうと言われ、「歌も諦めなければ」と思い落胆しました。

しかし、手術も成功し、そのあとの妻や手術を受けた県立病院スタッフの皆さんの手厚い看護もあり、無事退院、抗がん剤の投与も必要なく、声を出すことができたことは幸いでした。

一つだけ悔やまれたのが、かかりつけ医院の院長先生が、その後自分と同じ「肺腺がん」で亡くなり、さらに1年後、副院長だった奥様も

「白血病」に罹患、一昨年亡くなられたことです。

今、自分がこうして元気に生活していけるのは、家族や友人たちの支え、そして、出会うことができた医療関係者の皆さんのおかげだと思っています。

そんな状況にあった私がRFLの活動に出会うことができたのは、手術を受けた県立病院の理事長先生からの薦めがあったからでした。初めは詳しいことは何も分からないまま半信半疑で関わり始めましたが、RFLの活動に関わっていく中で、この活動のことを理解できるようになり、集まった仲間たちと互いの苦しみを共有することができるようになりました。

このRFLの存在は人生を見失いそうになった時、自分に新しい個性を授けてくれた羅針盤に思えます。また、精神的な支柱と言っても過言

ではありません。自分の体験が、この活動の中でがんで苦しむ多くの人々の人生の指針になってくれれば幸いです。

いまは、元気になったとはいえ、まだまだ頭の中を不安がよぎることもあります。しかし、このRFLに出会い、自分と同じ境遇の多くのサバイバーさんに出会えたことで、全国に、世界中に、たくさんの仲間がいることを実感でき、「苦しいのは、悩んでいるのは決して自分一人ではない」と言う気持ちにしてくれます。

私は、5年間RFLJ佐賀実行委員会を務めています。これからも、地元佐賀でサバイバーとしてRFL活動の普及・啓発を積極的に行い、がんで苦しんでいる方々のため、「諦めるな」のメッセージを送り続けたいと思います。

がん教育研修会・シンポジウム

外部講師による実践例やモデル授業の報告も

文部科学省
が主催

学校でのがん教育にかかわる外部講師らへの「がん教育研修会・シンポジウム」が1月28日、東京都渋谷区の国立オリンピック記念青少年総合センターで開催された。文部科学省が日本対がん協会と日本医師会の協力で主催したもので、外部講師によるがん教育に関心のある医師ら医療従事者やがん患者・経験者、各地の教育委員会の指導主事、教員ら400人以上が参加した。外部講師としてがん教育を実践している上田弘樹・和歌山県立医科大学腫瘍センター病院教授と、肺がん経験者の長谷川一男・神奈川県がん患者団体連合会事務局長による実践発表のほか、シンポジウムでは文部科学省の「がん教育総合支援事業」のモデル校で授業を展開している和歌山県、栃木県、北海道からの取り組みの発表があり、がん教育のさらなる充実に向けて議論が交わされた。

研修会ではまず、横嶋剛・文部科学省健康教育・食育課健康教育調査官が、「外部講師によるがん教育に期待されること」と題して講義した。がんについて正しく理解するとともに、がんを通して様々な病気への理解を深め、健康と命の大切さについて主体的に考えられるようにすることが、がん教育の目標になっていることを解説。がん教育が新学習指導要領に位置づけられ、中学校は21年度から、高校では22年度から実施されるが、中学では2年生に、高校では1年生にがん教育の指導をした後に外部講師を活用した教育を行い、それも学校保健計画に位置付けるなどして計画的に実施することが望ましい、と説明した。

講義だけでなく参加型を

その後、上田病院教授が、和歌山県内の中学校2校、高校1校で外部講師として授業をした際の、事前打ち合わせから授業後の振り返りまでを解説した。授業実施の1カ月前に、学校側と授業の趣旨や授業形式、配慮事項などを打ち合わせ、座学だけでは伝わりにくいと、グループワークを組み合わせたことを紹介。がんの治療中にはどんなことが起きるのか、がん患者は何を望み、求めているのかをグループワークで考えてもらおうと、色々な意見が出てきたことを示し、生徒の参加型の授業にすることで生徒が主体的に考えるようになることの大切さを強調した。

長谷川さんは、主催する肺がん患者会ワンステップとして神奈川県のがん教育に関わり始め、19年からは「一つの団体だけでなく」と神奈川県がん患



シンポジウムの様子

者団体連合会として、患者講師の質と数の担保、講師派遣のシステム作りに取り組んでいることを紹介。きちんと話せる患者講師を増やすため、19年秋に行政・学校関係者も参加してのがん教育研修会を開催し、同県内の7校で患者講師の授業を実施した経緯を話した。授業は①教師と患者講師②医師と患者講師③患者講師のみの3パターンがあったが、教師との組み合わせの時は、教師が患者講師と生徒と一緒に引き込んでくれることで、集中して話せたことを説明した。

授業の内容も①患者の経験談とQ&A②経験談と話し合い活動③Q&Aのみ④知識と経験談の4パターンあったが、Q&Aだけの時が「生徒主体になってよかった」と振り返った。いずれのやり方も学校との打ち合わせで決まったもので、学校の要望を聞いて、患者講師が最大限の力を発揮することががん教育の目標に近づくことになる、と語った。

北海道は外部講師リストを各校配布

シンポジウムでは、愛媛県教育委員会保健体育課の大野小百合指導主事が、同県内のモデル校での実践例について、

栃木県教育委員会学校安全課の渡邊浩昭指導主事が同県内のモデル校での実践例について、北海道教育庁健康体育課の篠原弥智指導主事が外部講師活用体制について事例紹介をした。

大野さんは、外部講師によるがん教育の授業を始める前に、がん教育で心配なことへのアンケートを学校が生徒の家庭へ送り、その回答も外部講師と共有することで身近にがんの家族がいる場合の配慮にも備えたことを紹介。アンケートで家族をがんで亡くしたばかりの生徒がいることが把握でき、その生徒には授業でつらくなったら保健室に行けることを話しておいたことで、実際に生徒が保健室に移動しても落ち着いて対応できた例を紹介した。

渡辺さんは、モデル校の高校の授業のがん患者と家族の共生や命の大切さの理解を目標としたグループワークの中で、より身近な健康問題ととらえられるように、担当の教員が自身の父親と母親ががんで亡くなった経験を語ることで、生徒も深く考えるようになった例を紹介した。さらに篠原さんは、北海道のどの地域でも効果的ながん教育が受けられるように、職種や対応できるテーマがわかる外部講師のリストを作成し、それを教育委員会から各学校に発送し、学校側から直接、外部講師の所属機関に連絡してもらう方式を始めたことを紹介した。モデル校にがん専門医やがん経験者・家族、保健師、看護師のそれぞれに外部講師として授業をしてもらった時の実践例を北海道教育委員会のホームページで公開して、外部講師の活用の効果がわかるようにしていることも説明された。

都立北豊島工業高校定時制と 西東京市立明保中学校で

望月参事が 出張授業

東京都板橋区の都立北豊島工業高校定時制で2019年12月19日、東京都西東京市の同市立明保中学校で20年1月11日、日本対がん協会の協力でがん教育の授業が実施された。講師は、いずれも禁煙教育に長く取り組んできた日本対がん協会の望月友美子参事。都立北豊島工業高校では全生徒47人を対象に約50分、明保中学では2年生124人を対象に約90分の授業が行われた。

都立北豊島工業高校で望月参事は、タバコを200種以上の有害物質と70種



都立北豊島工業高校で授業する望月参事

の発がん物質が含まれている「毒の塊」であると表現。タバコを吸うことで、その毒が肺から血液に入っていく、全身に広がっていくことで、全身の細胞を傷つけ、様々ながんや脳卒中などを引き起こすことを説明し、自分でできる最大のがん予防策がタバコを吸わないことであることを強調した。

さらに加熱式などの新型タバコについてもニコチンによる依存性を強めることは変わらず、「みんなの健康が吸い上げられている」として、自分の身を守るにはそうしたことを知るこの大切さを解説した。

明保中学校での授業では、がん細胞とは何か、なぜがんになるかについて、まずわかりやすく紹介。細胞の設計図である遺伝子に傷がついてがん細胞ができるが、それを免疫細胞がみつけて抑えているが、年をとるにつれ、免疫で退治しきれないがん細胞が出てきて、それが異常に増えて塊になった



西東京市立明保中学校で授業する望月参事

のがんであることや、がん細胞が小さいうちにみつけて早く治療すれば多くが治せる病気になってきたことを説明した。

さらに、がんになりにくくするのは、①禁煙する②節酒する③身体を動かす④適正体重を維持する⑤食生活を見直す——の5つの生活習慣に気を付けることを紹介。そうした健康的な生活習慣を選べる力やがんの原因で避けられるリスクを避ける力を、さらにはがんになった人の気持ちを理解して支える力を、知識を得て知恵にすることで、身につけてほしいと語りかけた。

小平市立小平第九小学校のがん教育に協力

横山・日本対がん協会マネジャーががん経験を話す

東京都小平市の同市立小平第九小学校で1月15日、日本対がん協会の協力でがん教育の授業が実施された。悪性軟部腫瘍のがんサバイバーである横山光恒・日本対がん協会がんサバイバー・クラブマネジャーが患者外部講師として、同校の6年生80人を対象に、自らががん経験をもとにがんとは何か、がん患者の思いなどをわかりやすく語った。

この日の授業は、同市小学校教科研究会保健部協議会の活動の一環で、同市内小学校の養護教諭も見学した。

横山マネジャーは、仕事に追われていた15年前の36歳のときに、右の脇下にボール状のものが出来ているのに気づいて病院に行くと、悪性軟部肉腫というがんであると診断された。医師からは、治らない率が高く、治療も病

変のある右腕を切断しなければならぬといわれ、落ち込んだ。しかし、抗がん剤治療がきき、30日間入院したものの腕も切断せず回復出来た経緯を紹介。吐き気や脱毛、味覚障害などの抗がん剤の副作用にも当時3歳と10歳だった子どもたちのためにがんばろうと耐えたことや、同じように苦しんでいる患者の仲間がたくさんいることを知って、そうした仲間と出会い、生きるこの大切さを学んだことを語ると、子どもたちも熱心に聞き入っていた。

横山マネジャーはまた、がんになる原因は様々なものがあるが、中でも大きな原因に喫煙と感染があり、自身もタバコを吸っていたことを明かし、タバコを吸わ

ないことの大切さを強調した。がん患者には普段通り接してほしいことも説明し、子どもたちには家に帰ってから、今日聞いたことをお父さんやお母さんに話してほしいと訴えた。



子どもたちに語る横山マネジャー

相続・遺言セミナー開催 最後のお金の使い方に社会貢献も

東京都多摩市の聖蹟桜ヶ丘オーパで、日本対がん協会、国境なき医師団日本、WWFジャパン、日本盲導犬協会の4団体主催による「相続・遺言セミナー」が開催された。社会貢献活動をしている団体への遺贈についても知ってもらおうと、企画されたもので、午前と午後の2回のセミナーに19人が参加した。

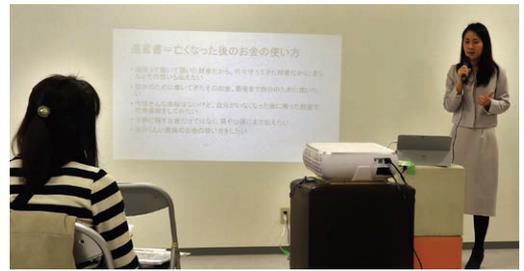
セミナーでは、相続専門の司法書士として多数の著作もある三浦美樹氏が講師となり、「元気なうちに考えておこう！遺産の行き先」と題して講演。相続をどうするのかの基本から、財産の引継ぎ方法、財産の行き先を決めておかないと、自身の想いがつながらなかったり、残された方が困ったりすることなどをわかりやすく解説した。

特に相続が発生する前に認知症にな

ると事実上の財産の凍結につながってしまうことから、元気なときから何に気を付けておけばいいのかわかるか、考えておくことを強調した。

三浦氏の講演は前半と後半の2部に分かれ、その合間に日本対がん協会など主催の4団体がそれぞれが行っている社会貢献活動を紹介。それを受けて三浦氏が遺言書は「自分が亡くなった後のお金の使い道の指示」として、自分らしい最後のお金の使い方として社会貢献に役立てたいというものの中にこうした団体への遺贈寄付もあることを説明した。

さらに三浦氏は、一例として1千万円の相続でも、遺言書で990万円を子どもに相続させ、10万円を社会貢献のために使うことを示すことを紹介。



講演する三浦氏

相続金額にかかわらず少ない金額でも自分が使いたかったことを示すことで、子どもだけでなく、その先の世代にも形を変えて自分の想いを残すことができるのが遺言書であることをアドバイスした。

セミナーの最後にはそうした自分の想いなどを生かした社会貢献活動の団体への遺贈寄付の記載も含めた簡単な遺言書の書き方のワークショップも行われた。

がん教育アニメ教材の字幕手話動画作成協力で

感謝状

聴力障害者情報文化センターとアイエスゲートに

日本対がん協会は、1月31日、聴覚障害者へのがん教育に活用できるよう、がん教育アニメ映像教材「よくわかる！がんの授業」(監修：中川恵一・東京大学医学部附病院放射線科准教授)に手話動画と字幕を入れた動画の作成に協力いただいた社会福祉法人聴力障害者情報文化センター(中村吉夫理事長)と株式会社アイエスゲート(小林俊哉代表取締役)に感謝状を贈った。

「よくわかる！がんの授業」は、文部科学省の「がん教育推進のための教材」で示された、がん教育で取り上げるべき9項目の内容を、わかりやすくクイズ形式で学べるようにしたアニメ動画教材。2016年10月に作成したこの動画に、聴力障害者情報文化センターと株式会社アイエスゲートの協力で、字幕と手話入りの動画を日本対がん協会のサイト(<https://www.jcancer.jp/cancer-education/syuwa.html>)

とアイエスゲートのサイト(<https://www.isgate.co.jp/contribution/>)から視聴、ダウンロードできるようにしたほか、DVDとして全国聴覚障害者情報提供施設協議会加盟の52施設に寄贈した。

ろう学校でのがん教育の授業や聴覚障害者を対象にしたがん啓発セミナーなどで活用してもらうことで、聴覚障害の方のがんの正しい知識やがん検診の大切さが広く伝わることの一助になることを期待している。

聴覚障害者は、見た目には健常者と変わらないため、相手の声が聞こえないことで誤解され、病院に行くのが苦手な人が多いという。聴覚障害者にはこうした情報格差がある状況を少

しも変えていきたいというアイエスゲートと聴力障害者情報文化センターの想いが今回の動画作成の協力につながっている。

日本対がん協会で感謝状の贈呈式に出席したアイエスゲートの小林代表取締役は、「こうした活動を今後も少しでも広げていきたい」と、聴力障害者情報文化センターの中村理事長は「お役に立ててよかった」とそれぞれ語った。



日本対がん協会から感謝状を贈呈したアイエスゲートの小林代表取締役(左から3人目)と聴力障害者情報文化センターの中村理事長(右から2人目)