



対がん協会報

1部70円(税抜き)

第678号

2019年(令和元年)
8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面	全国事務局長会議
	3面	受診者拡大を考える研修会
	5面	リリー・オンコロジー・オン・キャンパス
	6面	がんアドボケートセミナー

第52回がん征圧全国大会 9月13日に松山市で開催 「がん征圧 愛媛ではぐくむ 心と体」

主なプログラム

【全国大会前日行事】

9月12日(木) ANAクラウンプラザホテル松山

■がん検診セミナー 10:00~13:20

テーマ1:「子宮がんで悲しむ人をなくすために~HPV検査併用検診・自己採取HPV検査・精度の高い子宮体がん検査~」

講師:黒川哲司・福井大学医学部准教授(産科婦人科)

テーマ2:「要精検2%の背景~乳がん検診の精度管理の一考察」

講師:最上博・愛媛県総合保健協会副所長

テーマ3:「わが国のがん検診最大の課題・低迷する受診率アップへの挑戦」

講師:福吉潤・株式会社キャンサーズキャン社長ほか

■支部長会議 13:50~14:50

朝日がん大賞受賞者の講演ほか

■シンポジウム 15:20~17:30

テーマ:「血液検査でがんを見分ける~変貌するがん検診の将来」

シンポジスト:落合孝広・東京医科大学医学総合研究所教授、本田一文・国立がん研究センター研究所早期診断バイオマーカー開発部門ユニット長ほか

【がん征圧全国大会】

9月13日(水) 9:50~12:20 松山市民会館大ホール

■表彰 朝日がん大賞、日本対がん協会賞(個人・団体)、永年勤続表彰、がん征圧スローガン入選者

■記念講演 なかにし礼さん(作家/作詩家)

■次期開催県挨拶 楠元志都生・公益財団法人宮崎県健康づくり協会理事長

■主催 公益財団法人日本対がん協会、公益財団法人愛媛県総合保健協会

■特別後援 朝日新聞社

■後援 厚生労働省、文部科学省、日本医師会、愛媛県、松山市、愛媛県医師会、愛媛県歯科医師会、愛媛県薬剤師会、愛媛県看護協会、愛媛県栄養士会、愛媛新聞社、南海放送、テレビ愛媛、あいテレビ、愛媛朝日テレビ

日本対がん協会と愛媛県総合保健協会(日本対がん協会愛媛県支部)は、がん征圧月間の9月13日に松山市で「がん征圧全国大会」を開催する。松山市での開催は40年ぶり2回目。

今年の大会テーマは「がん征圧 愛媛ではぐくむ 心と体」。

本大会前日にはがん検診セミナーを開催、乳がん検診の精度についてなど、最上博・愛媛県総合保健協会副所長らが講演する。

また、シンポジウムでは「血液検査でがんを見分ける~変貌するがん検診の将来」をテーマに議論を交わす。シンポジストは落合孝広・東京医科大学医学総合研究所教授、本田一文・国立がん研究センター研究所早期診断バイオマーカー開発部門ユニット長ほか。

全国大会当日は、がん経験者で作家・作詩家のなかにし礼さんが記念講演を行うほか、朝日がん大賞や日本対がん協会賞に選ばれた個人、団体の表彰、日本対がん協会グループ支部・提携団体の永年勤続者、がん征圧スローガンの入選者を表彰する。

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。

日本対がん協会グループ全国事務局長会議

がん検診のあり方、受診率向上への取り組みについて講演



講演する中山部長



講演する呉田副部長

日本対がん協会グループの2019年度全国事務局長会議が7月2日、東京都中央区の国立がん研究センターで開催された。全国のグループ支部事務局長や本部職員ら70人以上が一堂に会し、講演や情報交換が行われた。

この日は、垣添忠生会長のあいさつに続き、まず、中山富雄・国立がん研究センター検診研究部長が「日本のがん対策におけるがん検診のあり方」と題して講演。中山部長は「がん検診はやればやるほどいいというものではなくてきた」として、がん検診の不利益についての最近の動向を解説した。がんの種類によって、がんの早期発見が患者の救命に役立つ場合とそうでない場合があることを、韓国で行われた超音波検査での甲状腺がん検診などを例に説明。甲状腺がんが検診の行われた15年間でがんの罹患数は15倍になったが、死亡率に変化がなく、超音波検査で死亡に影響ないがんを見つけてしまっていた過剰診断の例を紹介した。

さらに生命予後が短いと考えられる高齢者への検診は過剰診断や偶発症の増加につながることも指摘。中山部長も委員として参加している厚生労働省の「がん検診のあり方に関する検討会」で、検診の利益・不利益について議論が進んでおり、2019年度以降に国の

がん検診の指針の見直しが見られる動きを説明した。

中山部長の講演後は、愛媛県支部の呉田貴志・愛媛県総合保健協会総務部副部長兼経営企画部副部長が、特定健診・がん検診の受診率向上に特化したシンクタンク会社キャンサーズキャンと業務提携して進めてきた検診受診率向上の取り組みについて講演した。

県内20市町中16市町と受診勧奨サービスの契約に至り、18年度は特定健診の受診者数が増え、市町の反応もよくなったことを紹介。がん検診受診者数は全体では微減となったが、松山市などががん検診受診者数も増加した市町では、特定健診の予約時がん検診の受診も強く働きかけていたことを説明した。それを受けて、特定健診予約時がん検診への誘導もできるウェブでの予約一元化システムの開発にも取り組んでいることも紹介。さらに検診団体の努力として、検診の時間帯予約を推進して受診者のリピート率を高めることなどを紹介した。

次いで愛媛県支部と事業提携したキャンサーズキャンの福吉潤代表取締役が「受診行動を起こす

ために大切なたった一つのこと」と題して講演。これまで受診勧奨サービスの契約をした自治体の受診率の経緯を分析すると、受診率が上昇し続けるところと上げどまるところがあり、その中で初めて受診した人が翌年受診しないと受診率が上がっていかないことを指摘。検診サービスとして、受診者の満足度を高めることに目を向け、待ち時間や受診時の対応などに対する顧客満足度の現状をまず把握することをアドバイスした。

その後は、本部報告として、日本対がん協会の2019年度の事業内容について各事業の担当者から報告・説明があり、閉会した。

出席者のうち、新任事務局長の方々は以下の通り(敬称略)。

◇小林秀隆(岩手県支部)、小野和彦(福島県支部)、伊藤慶一(長野県支部)、吉野隆(石川県支部)、江端誠一郎(福井県支部)、濱崎敏朗(長崎県支部)、金子徳政(熊本県支部)、池田秀徳(宮崎県支部)



全国から集まった事務局長

がん検診受診者拡大を考える研修会を開催

受診者の満足度向上のプランを議論 受診者の掘り起こしへ

日本対がん協会は7月12日、東京都千代田区の有楽町朝日スクエアで「がん検診受診者拡大研修会」を開催し、全国の21支部の職員29人が参加した。特定健診・がん検診の受診率向上に特化した民間のシンクタンク会社キャンサースキャンの福吉潤代表取締役社長を講師に、初めて検診を受けた人が引き続き検診を受けられるように、受診者の満足度を向上させるにはどうしたらよいか、参加者らによるグループディスカッションで議論が進められ、受診者拡大の対応について情報交換がされた。

研修会は昨年に続いて3回目。まず、日本対がん協会の小西宏・がん検診研究グループマネージャーが、昨年6月に西日本の支部の協力を受けて実施した特定健診・がん検診の受診者へのアンケート結果をもとに、検診現場の満足度について話した。アンケートの結果によると、検診会場の受付の対応や医師の対応については「満足」が大半を占めていたが、待ち時間や、検診にかかった時間については「満足」が減り、「やや満足」と「やや不満」「不満」が多くなる傾向が認められた。

待ち時間については、「待つ」と「待たされる」のでは感じ方が異なり、「待たされる」とイライラが募り、些細なことでトラブルになりかねないことを示し、「待たせない」検診の大切さを紹介。受診者に保健師が声かけをするなどして、検査時間を待っていても「待たされた」と意識しなくなっているなど、「待たさない」検診を実施しているとの評価を受けている福井県高浜町の事例報告をして、受診者の満足度向上について、参加者らでグループディスカッションを行うための話題提供とした。

受診者のアンケートで現状把握を

福吉社長がナビゲータとなつてのグループディスカッションでは、まず



参加者らからの議論内容の発表



グループディスカッション用に事例報告する小西マネージャー

「待ち時間対策についてできること」をテーマに意見を出し合った。

参加者らからは、わかりやすい会場づくりや会場誘導のスタッフの確保、市町村の窓口の協力による受診者の時間分けの設定などの提案が出ていた。また、「受診者がボーっとしていないように、検査を待っている人へのスタッフからの検診に関するお知らせなどを声掛けする」といった意見も出ていた。

さらに、受診者の満足度を上げることについての議論もされ、1日の受診者を50人にしほり検診期間の日程を2倍にして対応して、受診者の満足度を上げて、受診率向上につなげているという支部からの報告もあった。

データに基づきリピート率向上へ

こうした議論を受けて、福吉社長は、受診率の向上には、検診受診をリピートしている人の率を上げることであることを強調した。そのためには、



福吉社長がナビゲータとなつてのグループディスカッション

「まず自治体ごとに、会場ごとに受診者のリピート率を調べて出すこと」と指摘。こうしたデータを自治体は知らないなので、それを知って変えていくように自治体の意識を変えることの大切さを訴えた。

また、リピート率を高めることが大事であることの意識付けをすることからスタートして、具体的に、高いところと低いところを見つけて、高いところを研究することを勧めた。

何をやったときにリピート率が上がるのか、データによって検証された成功事例なら、それをほかにも広げたいと指摘。そのためには、会場ごとの受診者のアンケートをして相関を調べることを強調した。

さらにアンケートでは、「満足」と「やや満足」という回答を一緒にして評価するのではなく、「満足」という最高段階の回答だけで評価し、その相関を数年かけてみていくことが大事であることを指摘した。

市民向けセミナー

「一緒に学ぼう 大腸がん」

鹿児島で鹿児島県支部と共催 大腸内視鏡検査のデモンストレーションも

日本人が罹患するがんで最も多かった大腸がん。しかし、検診で死亡率が減少することが明らかなのに受診率は伸びないし、検診で「要精検」と判定されても、精密検査を受ける人が乳がん検診などに比べて少ない――。

そんな「二重の壁」を打ち破るには、大腸がんのこと、そして何より検査のことを詳しく知ってもらうのが重要だと考え、日本対がん協会は7月13日、鹿児島県民総合保健センターとともに市民セミナー「一緒に学ぼう 大腸がん」を、鹿児島市のかごしま県民交流センターで開いた。時に強い雨が降るあいにくの天気だったものの、約280人が参加した。

市民向けのセミナーは一般的に専門家やがん体験者の講演が主体だが、今回は「体験」と「模擬実演」を試行した。

「体験」は、便潜血検査の検体採取、つまり採便だ。協賛社のアルフレッサファーマ株式会社が設けたブースに粘土製の採便モデルを準備し、担当者が市民に正しい採便を指導した。

ポイントは「『井の字』を何度か書くように表面をこすって」採取すること。検体が適正に採取されていないと検査できないことがある。

「模擬実演」では、同じく協賛社のオリンパス株式会社の協力で、講師の佐々木文郷・鹿児島大学病院消化器内科助教が大腸内視鏡検査を操作し、大腸の内部と外側をそれぞれ2つのスクリーンに映し出した。

セミナーでは、桶谷薫・県民総合保

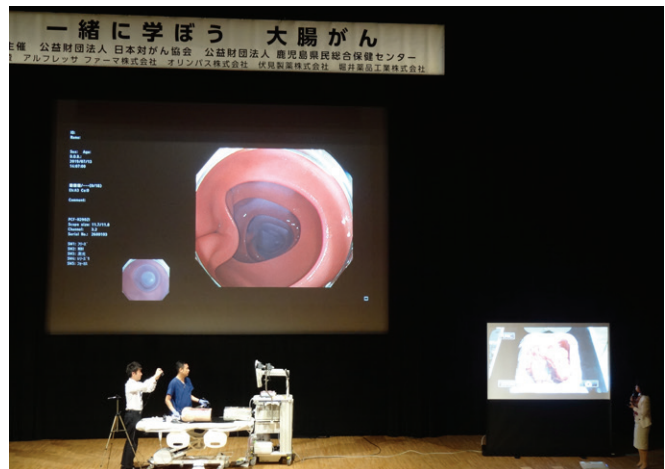
健センター所長のあいさつに続き、松島加代子・長崎大学病院消化器内科・医療教育開発センター講師が「大腸がんとの向き合い方」について話した。様々な研究期間のデータを紹介しながら、大腸がんのリスクが高まる生活習慣

をはじめ、大腸がんの「いろは」を分かりやすく説明した。ときに会場に向かって「三択問題」を投げかけ、参加した市民らは「正解」と思う番号が示されると、挙手で答えていた。

「内視鏡検査を知ろう」というテーマで登壇した佐々木助教は青い手術着姿。人の胴体の模型を使い、大腸内視鏡の操作を実演。内視鏡が映す大腸内部の様子と、肛門から挿入された内視鏡が盲腸まで進むと大腸がどのように変形するか、「外側」の様子を2つのスクリーンに投影しながら「ここが延ばされると痛みを感じるんです」などと解説した。

松島講師も再登壇し、スクリーンを示しながら、大腸内視鏡検査の様子を佐々木助教と掛け合いながら説明した。二人で協力して、「模型」に見つかった「ポリープ」にワイヤーをかけて焼き切り、クリップで挟んで摘出した。

その後、フリーアナウンサーの原元美紀さんが「番組収録で見つかった！ 大腸がん」と題して、自身の大腸がん体験を語った。原元さんは、PET検診の取材でPET検査とともに便潜血検査を受け、便潜血検査をきっかけに大腸がんが見つかった、という。検査を受けるための休みをとりづらいうえ、大腸がんだと打ち明けにくい職場環境のことなどを話しながら、「皆さん、ゼ



大腸内視鏡検査の様子のデモンストレーション

ひ検診を受けて下さい」と訴えた。

セミナー後半の「リスクを知って、賢く健康に」と題したパネルディスカッションには、日本特殊陶業株式会社鹿児島宮之城工場の保健師・奥山早苗さんに加わってもらい、3人の講師と討論した。「人生100年」時代も夢でなくなってきた中、いかに健康で過ごすか、若いうちからの生活習慣のチェックと見直し、加えて検診をうまく利用した健康管理などをテーマに活発に意見が交わされた。

原元さんは「便潜血検査でひっかかって精密検査を受けにいった医療機関で再度便潜血検査をすることもある、と聞いたけれど、それは絶対にやめてほしい。大腸内視鏡検査をきちんと受けて」と呼び掛けた。

会場の入口では、両社のほか、伏見製薬株式会社、堀井薬品工業株式会社がブースを設け、大腸内視鏡検査や大腸CT検査の前に適した食事などを紹介した。

(小西宏・日本対がん協会がん検診グループマネジャー)

※この市民セミナーは、鹿児島大学大学院医歯学総合研究科消化器疾患・生活習慣病学の協力、アルフレッサファーマ株式会社、オリンパス株式会社、伏見製薬株式会社、堀井薬品工業株式会社の協賛、鹿児島県、同県医師会、南日本新聞社、NHK鹿児島放送局などの後援で開催しました。



パネルディスカッションでの議論

第9回

「リリー・オンコロジー・オン・キャンパス
～がんと生きる、わたしの物語。」絵画×写真×
絵手紙コンテスト

7月8日、日本イーライリリー株式会社神戸本社(神戸市)で「第9回リリー・オンコロジー・オン・キャンパス～がんと生きる、わたしの物語。絵画×写真×絵手紙コンテスト」の授賞式が開かれた(主催：イーライリリー株式会社、後援：日本対がん協会、兵庫県、神戸市、大阪市)。

対象作品は、がんになっても自分らしく生きられる社会の実現を目指し、がんと告知されたときの不安やがんと共に生きていく決意、そしてがんの経験を通して変化した自分の生き方などをエッセイとともに絵画や写真で表現したもの。今回は絵画部門、写真部門、絵手紙部門あわせて139点の応募があり、部門ごとに最優秀賞各1作品、優秀賞各1作品、インターネットによる一般投票賞4作品(最優秀賞、優秀賞との同時受賞を含む)が選ばれ、7人の受賞者が表彰された。

絵画部門で最優秀賞となったのは、山本とし子さんの「礼拝堂」。山本さんは、69歳になった2年前の夏にステージ4の肺がんの診断を受け、脳への転移もみつかった。ガンマナイフの治療で脳の転移は消え、新治療の免疫療法も合い、1年間は病気を忘れて生活ができるようになり、現在、放射線治療と抗がん剤治療を受けている。「今までお祈りなど真剣にしていなかったのが、この礼拝堂の色々な窓の形と光を見てきれいだな、なんだかありがたい



絵画部門最優秀賞



授賞式で表彰を受けた受賞者たち



写真部門最優秀賞

なあ」と思えてきた。そんな気持ちから、心配してくれる夫と子供たちに感謝して描いたという。

絵画部門の優秀賞は、林聡子さんの「ひとりじゃないよ」で、一般投票賞にも選ばれた。

写真部門の最優秀賞は、写真部門の優秀賞は、久保田将さんの「娘の祈り、親の決意」。がんと対峙する3歳だった娘さんが命を繋ぐために今年1月に名古屋から金沢の病院へ転院する前日に、石川県内の白山神社で撮った1枚。「祈ることで、身と心を引き締めることの大切さを、この時の娘の姿から学びました」という。治療で抵抗力が落ち、外出が制限されている娘さんが見つけた楽しみが、朝早く参道の端を歩いての参拝。「再発すれば助からないと言われている病気です。娘の、今この瞬間を笑顔にしたい。家族でいつも笑っていたい。そんな想い出をこの先もずっと作り続けていきたい」。そうした願いの実現へ、病氣と闘っていく決意を示す作品になっている。写真部門の一般投票賞にも選ばれた。

写真部門の優秀賞は、白鳥稚晴さんの「刻のベール」が、一般投票賞は東山由実さんの「きつと 大丈夫。」が受賞した。

絵手紙部門の最優秀賞は、横山全代さんの「母がくれた言葉」。桜が散り終わったころにがんがわかった母親は、手術が成功したものの半年もたたずに転移が確認された。「もう手術はできないって」。「私の病気の事で、あんたが仕事辞めたりしたらあかんよ。大事に

するんよ」という母親。それから毎日、昼と夜の弁当を作り、仕事が終わると夜のお弁当を持って母親の病院へ。「おかえり。今日は何かあったの？」と優しい声で毎日聞いてくれ、「私が母に元気をあげなければいけないのに、私が毎日元気をもらっている」との思いに。「でももう母からの言葉はない」「あの毎日が大事で大切に、母に感謝ばかり」。そんな思いがにじむ作品になっている。絵手紙部門の一般投票賞も受賞した。

絵手紙部門の優秀賞は、莊文雄さんの「パワーアップされ生き返った瞬間」が受賞した。

これまでの受賞作品は各地の病院やイベント会場で巡回展覧され、既に100か所以上の病院で、多くのがん患者さんたちに勇気と希望を与えている。

授賞式で挨拶に立った日本イーライリリー執行役員の勝間英仁・オンコロジー事業本部長は、「本コンテストが、がんになっても自分らしく生きられる社会の実現の一助となることを心から願っております。今後も患者さんや支援者の皆さんの心に寄り添い、継続的なサポートを提供してまいります」と述べた。



絵手紙部門最優秀賞

がんアドボケートセミナー

最高の医療を引き出す患者力を学ぶ

がん医療の夢を語り合う

適切な治療を受けるために必要な姿勢や、治療の継続に向けた支援活動(がんアドボケート活動)について学ぶ「がんアドボケートセミナー(ドリームキャッチャー養成講座)」が、7月7日、東京都中央区の朝日新聞社で開催された。がん医療に対する夢を語り合い、共有し、より良いがん医療にしようという「マイ・オンコロジー・ドリーム」活動の一環で、日本対がん協会のがんサバイバー・クラブ運営委員会とオンコロジー教育推進プロジェクトが共催。各地のがんサバイバーや患者家族、医療関係者ら30人が参加した。

セミナーでは、最初に米国テキサス大学MDアンダーソンがんセンターの上野直人教授が、がん医療に熱意を持ってかかわる人材や、患者中心のがん医療を推進する人材を育成するマイ・オンコロジー・ドリームの使命やビジョンについて概説。患者が何を求めているのかを積極的に発信することや、がん医療に対する自分の夢を語って分かち合うことの大切さを訴えた。

そして夢の実現に向けて「活動するには戦略が必要」として、まず成功像を描き、そのユニークな点は何か、まわりはどう感じるのかを見すえ、大局的な見地で考えて進めていくプロセスの重要性を説明した。

その後、参加者らは4グループに分かれて「がんになっても自分らしく生きられる世の中にしたい」などと、自分たちのがん医療のマイ・ドリームを発表し合った。

さらに各グループのファシリテーター役となった国立がん研究センター東病院乳腺外科医員の古川孝広氏が「科学的根拠に基づく医療(EBM)とメディカルリテラシー(医療情報)」をテーマに講演した。古川氏は、正しい医療情報の入手には、インターネット情報があふれる中、その内容を適切に理解するリテラシーを高めていくことが不可欠と解説。情報を主治医や家族と共有し、判断に迷ったときに相談することをアドバイスした。

続いて、「がんの治療中でも自分らしい生活をかなえる」活動の事例紹介として、東京大学医学部付属病院乳腺外科・がん相談支援センター副センター長の分田貴子氏が、東大病院で行っている「外見ケア」に関するイベントなどの取り組みを解説した。薬の影響による皮膚の変色、爪の色や形が変わってしまうことなどへの悩みに対する「カバーメイク・外見ケア外来」での診察だけでなく、入院患者との女子会のような流れで外見ケアに必要な製品の展示相談会を始めたのが発展して外見ケアのイベントを院内で開催するようになった経緯を紹介。外見ケア外来の患者と仲がよく、主治医として患者のネットワークにのせてもらい、楽しみながら院内でイベントや患者サロンを継続できていることを説明した。

がんカフェ運営など、具体的プランを提示し合う

こうした講演を受け、その後のセッションでは、参加者は、患者力を高

めるためのアドボケート活動として「私たちが取り組むべきこと・アイデアの創出と立案」をテーマに、2時間以上にわたってグループディスカッションを行った。

参加者らは自身のがん経験をもとに自分が取り組むべきことの意見をシートに書き出しながら議論。最後のまとめ発表では、各グループがそれぞれのプランなどを提示し合った。

あるグループからは、ドリームラウンジという店名のがんカフェを設立し、がんサバイバーや支援者で運営して全国チェーン化を目指すプランが提案された。カフェでがんに関するイベントやセミナーも開き、がんサバイバーの雇用創出につなげることも示された。

また、別のグループでは個々の参加者らが取り組むべき案を発表。その一人は、サバイバーとしてホテルに勤務している。実際ががん患者支援宿泊プランを始め、さらに、がんになっても早期治療を適切に受けることで普通に勤務できることなどを社内で仲間に啓もうしようと取り組んでいることなどを語った。

全体について講評した上野教授は、全体について講評した上野教授は、新たにカフェを立ち上げるのではなく、すでにある全国チェーンのカフェの中ががんカフェを作ることを働きかけていくなど、発想を変え、同じような取り組みをしているものはないか探し、あればその人たちを助けていくことの大切さを語っていた。



マイ・オンコロジー・ドリームについて概説する上野教授



取り組むべきプランを発表する参加者ら

がんサバイバーカフェ

日本対がん協会のがんサバイバー・クラブは7月18日、東京都中央区銀座の日本対がん協会にて「～真夏の治療・通院・生活の工夫/治療を乗り切るために～」をテーマに患者交流イベント「がんサバイバーカフェ」を開いた。

がん治療中の患者が夏を乗り切るうえでの生活上の工夫を学ぼうと企画されたもので、この日は、がんサバイバーら10人が参加。東京医科歯科大学医学部付属病院臨床栄養部の管理栄養士の有本正子氏、同病院腫瘍センター緩和ケア認定看護師の本松裕子氏、同病院腫瘍センター長の三宅智氏を講師に招き、講演と参加者とのフリートークが行われた。

脱水改善は経口補水液で

有本氏は管理栄養士の立場から、夏の食事の工夫について解説。夏バテの予防で大切なのはビタミンB群の摂取であるとして、ウナギなど魚や肉などタンパク質の食品を意識して摂ることを勧めた。さらに夏はこまめに水分を補給して脱水を防ぐ必要を指摘し、脱水状態の改善には、スポーツドリンクよりも、経口補水液を使うことを勧めた。スポーツドリンク500mlに塩を小さじ4分の1(1.5g)入れれば手作りの

経口補水液になることを紹介。一気に飲みせず、少しずつ飲むことをアドバイスした。

また、夏のおすすめメニューとしてサラダそうめんやポークジンジャーを、ビタミンがとれるとして豚しゃぶを紹介した。

本松氏は真夏の生活の工夫として、暑さへの抵抗力や、よりよい睡眠につながるものとして、適度な運動の大切さを指摘し、朝方や夕方から散歩することを勧めた。また日ごろからスカーフや羽織物を持参し、体温調節をこまめにすることや、放射線や薬物治療で皮膚に炎症を起こしやすいことから、つばの長い帽子をかぶるなど、紫外線遮断の対応をとることを勧めた。また、夏は海外旅行なども増えるが、大腸がん手術後などのストーマの使用者は、ストーマばさみを機内に持ち込めないことや医療麻薬の海外への持ち出しには事前の申請があることなどを紹介。がん相談支援センターや自宅近くのクリニックなど、医療者と相談できる備えをしておくことを勧めた。

三宅氏は医師の視点から患者への注意点について解説。消化器がんの手術

真夏の治療・通院・生活の工夫を学ぶ



夏の過ごし方について解説されたサバイバーカフェ

を受けた人では消化吸収が落ち気味のため、夏場はより脱水への注意が必要なことを指摘。放射線治療を受けている人は夏場は猛暑の中、連日治療を受けに通院するため、通院自体で脱水になりがちであることや、がんになったことでエコロジーを意識しすぎてエアコンを使わなくなって脱水になってしまう人がいることなどの例を挙げ、夏場の注意を促した。

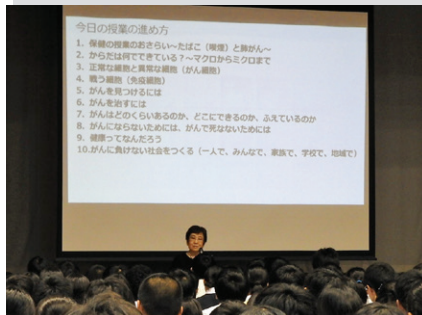


夏場の注意点を話す三宅氏

稲城市立稲城第六中学校で

望月参事が

出張授業



稲城市立稲城第六中学校で授業する望月参事

東京都稲城市の稲城市立稲城第六中学校で7月6日、日本対がん協会の協力でがん教育の出張授業が行われた。

講師は、日本対がん協会の望月友美子参事で、全校生徒約450人を対象に、約50分の授業を行った。

望月参事は禁煙教育に長く取り組んできた経験から、タバコの害についての話を中心に授業を展開。タバコには200種以上の有害物質が含まれており、タバコを吸うことはそれを周囲にまき散らすことであり、吸った煙が全身に行き、様々な臓器のがんの原因になっていることを映像で示し、「タバ

コは万病のもとで、命が吸われてしまっていることになる」と強調した。

そのうえで、がん細胞は、正常な細胞と元は同じ設計図なのが、遺伝子に傷がついて、不ぞろいな形で異常に増えていったものであることを説明。がん細胞が小さいうちに検診などで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やがんを防ぐには生活習慣の改善が大切であることを解説した。

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/> (ISBNのバーコードがついた書籍類が対象です)



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)

2017年度グループ支部 がん検診の実施状況から ◆乳がん

■全体 男女合計

支部名	受診者数 (A)	要精検者数 (B)	精検受診者数 (C)	精検の結果					精検不要の 人数 (E)	要精検率 (B/A)	精検受診率 (C/B)	がん発見率 (D/A)	陽性反応 の中度 (D/B)
				がん(D)	がん疑い	がん以外の疾患	異常なし	その他					
北海道	71,387	1,964	1,926	295	1	1,271	359	0	69,423	2.75%	98.07%	0.41%	15.02%
青森	25,258	1,416	1,333	76	0	688	568	1	23,842	5.61%	94.14%	0.30%	5.37%
岩手	35,750	610	588	92	0	373	123	0	35,140	1.71%	96.39%	0.26%	15.08%
宮城	54,696	1,716	1,690	150	0	935	605	0	52,980	3.14%	98.48%	0.27%	8.74%
秋田	16,010	882	822	37	2	355	314	114	15,128	5.51%	93.20%	0.23%	4.20%
山形	36,024	1,965	1,824	72	2	704	1,047	0	34,059	5.45%	92.82%	0.20%	3.66%
福島	21,543	404	361	43	13	126	147	31	21,139	1.88%	89.36%	0.20%	10.64%
茨城	58,686	1,924	1,797	140	10	1,115	499	33	56,762	3.28%	93.40%	0.24%	7.28%
栃木	51,261	2,074	1,783	101	40	1,149	493	0	49,187	4.05%	85.97%	0.20%	4.87%
群馬	28,082	1,167	1,127	78	3	602	444	0	26,915	4.16%	96.57%	0.28%	6.68%
埼玉	35,927	2,205	1,979	105	34	903	898	39	33,722	6.14%	89.75%	0.29%	4.76%
千葉	169,456	6,123	5,694	270	35	3,392	2,001	4	163,333	3.61%	92.99%	0.16%	4.41%
新潟	68,123	4,209	4,018	210	19	1,880	1,896	136	63,914	6.18%	95.46%	0.31%	4.99%
山梨	11,663	371	330	18	0	168	139	0	11,292	3.18%	88.95%	0.15%	4.85%
長野	42,440	2,297	2,165	89	0	834	921	321	40,143	5.41%	94.25%	0.21%	3.87%
富山	37,850	2,147	2,009	74	0	1,039	1,154	28	35,703	5.67%	93.57%	0.20%	3.45%
石川	22,096	1,320	1,233	60	1	269	644	259	20,776	5.97%	93.41%	0.27%	4.55%
福井	21,861	1,175	1,062	78	0	521	452	11	20,686	5.37%	90.38%	0.36%	6.64%
愛知	5,797	435	374	13	0	168	193	0	5,362	7.50%	85.98%	0.22%	2.99%
三重	32,548	1,316	1,222	76	34	568	539	5	31,232	4.04%	92.86%	0.23%	5.78%
滋賀	7,062	537	497	12	8	191	285	1	6,525	7.60%	92.55%	0.17%	2.23%
京都	34,263	1,838	1,244	70	6	657	495	16	32,425	5.36%	67.68%	0.20%	3.81%
兵庫	18,954	986	801	43	0	437	317	0	17,968	5.20%	81.24%	0.23%	4.36%
奈良	2,066	50	38	5	0	20	13	0	2,016	2.42%	76.00%	0.24%	10.00%
和歌山	9,062	496	459	20	0	210	229	0	8,566	5.47%	92.54%	0.22%	4.03%
鳥取	11,127	647	573	31	1	104	292	145	10,480	5.81%	88.56%	0.28%	4.79%
島根	9,478	324	306	33	0	163	102	6	9,154	3.42%	94.44%	0.35%	10.19%
岡山	20,489	814	611	46	1	303	250	11	19,675	3.97%	75.06%	0.22%	5.65%
広島	15,319	1,087	1,014	36	7	432	529	10	14,232	7.10%	93.28%	0.24%	3.31%
山口	8,141	922	588	18	1	245	324	0	7,219	11.33%	63.77%	0.22%	1.95%
徳島	8,214	379	346	30	2	208	100	6	7,835	4.61%	91.29%	0.37%	7.92%
香川	11,801	604	592	39	0	226	327	0	11,197	5.12%	98.01%	0.33%	6.46%
愛媛	28,009	501	472	62	5	278	127	0	27,508	1.79%	94.21%	0.22%	12.38%
高知	21,517	723	672	36	0	326	310	0	20,794	3.36%	92.95%	0.17%	4.98%
福岡	54,231	3,042	2,759	139	4	1,653	919	43	51,189	5.61%	90.70%	0.26%	4.57%
佐賀	21,745	1,158	977	59	8	524	386	0	20,587	5.33%	84.37%	0.27%	5.09%
長崎	18,530	1,082	1,011	50	9	545	407	0	17,448	5.84%	93.44%	0.27%	4.62%
熊本	32,563	1,230	1,033	62	4	553	346	68	31,333	3.78%	83.98%	0.19%	5.04%
大分	17,125	1,178	1,112	46	2	500	564	0	15,947	6.88%	94.40%	0.27%	3.90%
宮崎	6,896	392	360	21	5	220	109	5	6,504	5.68%	91.84%	0.30%	5.36%
鹿児島	45,016	2,021	1,946	80	58	952	856	0	42,995	4.49%	96.29%	0.18%	3.96%
沖縄	13,485	707	608	28	3	327	191	59	12,778	5.24%	86.00%	0.21%	3.96%
合計	1,261,551	56,438	51,356	3,043	318	26,134	20,914	1,352	1,205,113	4.47%	91.00%	0.24%	5.39%