

# ピンクリボンNEWS

2018年度  
冬号  
Vol.7 No.4

発行人 認定NPO法人 J.POSH

編集 ピンクリボンNEWS 編集委員会

発行所 J.POSH事務局 〒538-0043 大阪市鶴見区今津南2丁目6番3号 TEL.06-6962-5071

**J.POSH**  
日本乳がんピンクリボン運動®

## TOPICS

### 泌尿器科医師 から見た「乳癌」



市立ひらかた病院  
泌尿器科  
主任部長

和辻 利和

私は、市立ひらかた病院で泌尿器科の主任部長として、たくさんの方の前立腺癌の患者さんを診療しています。ある日、ピンクリボンNEWSの編集委員の方に、泌尿器科から見た乳癌についてのコラムの執筆を頼まれました。女性の乳癌患者さんに、関わっていない私が書いたコラムが、どれだけお役に立てるかわかりませんが、今までのコラムと違った視点があるかも知れません。少しの間、お付き合いください。

女性にとっての乳癌、男性にとっての前立腺癌は性差がありますが、罹患した場合の考え方に共通するところがあるように思います。その点から少し考えてみました。

日本人の二人に一人がかかる癌。前立腺癌は一般に高齢の男性が罹患するため、高齢化に伴って増加しています。手術療法や、放射線治療の選択肢もありますが、合併症や効果からホルモン療法を選択される患者さんが多くおられ

ます。以前はホルモン療法として外科的に精巣を摘出していましたが、現在では注射や内服薬で男性ホルモンを去勢レベルにまで下げて、癌を長期にコントロールすることが可能となりました。男性ホルモンの分泌が低下してしまうと、体に変化が見られます。まず、性機能が減退して、勃起しなくなり、ペニスの萎縮も見られます。女性に興味がなくなるとおっしゃる患者さんもいます。髪の毛が薄かった方は、増毛傾向が見られ、体重も少し増えて、顔つきもふっくらします。すね毛や腋毛は薄くなり、皮膚の油気がなくなって、少し乾燥肌になります。運動を趣味にされていた方は、筋力の低下を訴えられます。女性に対する興味なくなった時点の性機能の低下は、本人にとっては苦痛ではないかもしれませんが、でも、男性としてのシンボルのペニスが萎縮してしまい、女性に興味なくなると、どこか寂しい気持ちを持っている男性が多いようです。一方、釣りや絵画などの趣味がある方は、ホルモン療法の影響を感じさせないほど、生き生きと毎日をおくっておられます。

ここで女性にとっての乳癌について考えてみます。乳癌は女性の晩婚傾向や独身率、子供を産む回数の減少により、乳癌になる女性の率は上がっていくと考えられます。また、個人のすべての遺伝子を詳しく解析できる時代になり、将来の乳癌になる確率も、ある程度分かるようになりました。女性にとっての乳房は、女性のアイデンティティ、またはシンボルと考えている方も多いでしょう。手術でそれがなくなるとすれば、かなりの精神的、肉体的ショックを受けることでしょう。乳癌になってしまったものを元に戻すことはできません。覚悟を決めて、病

気にどう対応するかが大切だと思います。今までに乳癌にかかって、縮小手術を受けた人、根治的な拡大手術を受けた人、手術ができなかった人など、いろんなタイプの人が出て、それぞれ、どう対処して、どうなったか、参考になる文書が残っているはず。患者会やインターネット上にもコミュニティーがあります。このピンクリボンも力になってくれます。人間は一人では生きていけません。人とかかわり合い、協力や助け合いで社会が成り立っているのです。一人で悩まないで助けを求めたり、精神的、肉体的にどのように自分を支えていくかを考えることで、道が見えてきます。検索サイトも、きっと役に立つでしょう。その道をどう歩くかの自由をあなたは持っているのです。ガイドラインの標準治療があなたにとって一番いい治療とは限りません。自分で医学の知識を得ることもできる。主治医の先生とよくお話しして、治療を自分で選択することもできます。治療しない選択肢を選ぶ患者さんも実際おられます。痛くなった時や苦しくなった時は苦痛を取り除く方法があり、癌で苦しむ時代は過去のものとなりつつあります。

自分に用意された未来に続く道をどっちへ行くか、どのように歩くかは自分で決められます。病気のことでも下を向いて、立ち止まっていますが、

いいことは待っていません。しっかり前を見て、明るく歩きましょう。あなたは決して一人ではないはず。助けてくれる人や、言葉、本があるはず。求めれば、明るい道が見えてきます。

前立腺癌の患者さんを多く見てきて感じていることは、なにか打ち込める大好きな趣味を持っている人は、病気の経過や治療への反応性が良いことです。テニス、ソフトボール、釣り、読書など。私の患者さんの中には、前立腺癌でリンパ節や骨にも転移が見られ、進行した状態だと考えられた方が、奇跡的に治癒したことも経験しています。この方は高齢ではありましたが、現役のスポーツ選手でチームを率いておられました。痛みや悩みがあっても、自分の好きなことに没頭すると、その間は苦しみを忘れてしまっていることが科学的に分かってきています。このことは、乳癌の患者さんにも当てはまるはず。です。

年齢を重ねれば、病気や老化、骨、関節の不具合、認知障害など避けられないことに対処が必要になってきます。自分に与えられた未来が明るいものになるよう、しっかり生きていきましょう。未来は今から来るものなのです。あなた次第で変えられます。最後まで読んでいただき、ありがとうございました。

## ピピンクリボン理念の東京ウィメンズ陸上 開催

公益財団法人東京陸上競技協会が名古屋ウィメンズマラソンと提携し、認定NPO法人J.POSHなどが後援する『東京ウィメンズ陸上2018』が11月3日・4日、東京世田谷区の駒沢オリンピック公園陸上競技場で開催されました。小学女子、中学女子、高校・一般女子計1,200人が100m、800m、走高跳、走幅跳、砲丸投などの競技で競い合いました。開催の趣旨は「学童から壮年までのすべての女性を対象に陸上競技の普及・強化を図るとともに、世界有数の女性だけの大会『名古屋ウィメンズマラソン』と提携し、大会を通してピンクリボン(乳が

ん)などの啓発活動を積極的に行う」というものです。

競技場の一角には乳がん啓発や、自己検診のやり方などのポスターが張られた乳がん検診相談コーナーが設置され、競技参加者や観戦者などに早期発見の大切さを訴えました。コーナーに席を設け、看護師さんと共に相談にのっていたのが(株)ニシ・スポーツの社員である久保田満さん。久保田さんは2007年に乳がん、10年には子宮体がんを体験。この体験をもとに『がん患者生活コーディネーター』として活動に打ち込んでおられます。この大会にピンクリ

ボンの理念を結び付けたのは久保田さんです。

元七種競技選手(全日本インカレ2位)として活躍したスポーツウーマンの久保田さんは「2つのがんを体験し、女性としてとても大切なものを失いました。子供を産み、母乳で育て、ママさん現役選手として陸上競技場に来て、一緒にかっこして…が夢でした。が、がんになり大きなものを失うことになりました。しかし、それ以上に得るものが沢山ありました。時間は有限であり、その中で生かされていること、その人生は一度きりであること、そして何より“いのち”について考えるという大きな力を得ることができました。わたし

は早期発見、早期治療で仕事にも復職、普通に生活しています。乳がんは自分で発見できるがんであり、早期に発見することが最も大切です」と強調しておられました。



競技場の乳がん相談コーナーで説明する久保田さん

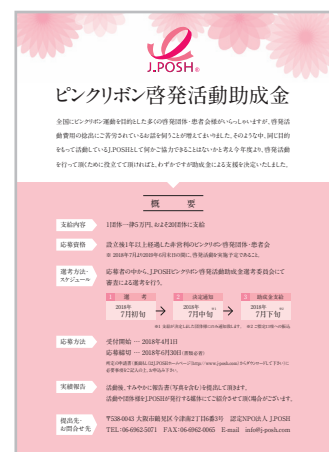
## ピンクリボン啓発活動助成金、19年度も継続

2018年度に実施しました「ピンクリボン啓発活動助成金」を2019年度も引き続き実施します。設立1年以上経過したピンクリボン啓発団体、患者会だけが対象となります。企業内の団体や個人の方の応募はお断りしております。多くのピンクリボンに賛同して集まれて方の少額ではありますが支援することで、各地区のピンクリボン運動が定着することを目的としていますので、ご理解ください。

なお、2019年度は2カ月前倒ししておりますので、締切日にご注意下さい。

### 募集概要

- 支給内容: 啓発活動費 1団体一律 5万円 およそ30団体
- 応募資格: 設立1年以上経過した非営利のピンクリボン啓発団体および乳がん患者会  
※企業及び個人の応募はできません。
- 必要提出事項: 助成金を充当する啓発活動の内容(活動対象期間:2019年5月~2020年4月)  
※活動後に報告書(写真等、記録媒体含む)をご提出頂きます
- 応募期間: 2019年2月1日~4月30日締切(書類必着)※郵送・FAX・Eメール
- 選考: 応募者の中から審査による選考を行います(2019年5月中旬)
- 決定通知: 2019年6月初旬 ※支給が決定しました団体様へのみ通知致します
- 結果発表: 選考結果はJ.POSHホームページに掲載します。(6月初旬頃)
- 助成金支給: 2019年6月下旬 ※ご指定口座への振込



ピンクリボン啓発活動助成金募集フライヤー表面(裏面は応募用紙)

ご応募・お問い合わせについて

- ・募集内容についての詳細はJ.POSHホームページをご参照下さい。
- ・応募用紙も同ホームページよりダウンロードしてご使用頂けます。※ <http://www.j-posh.com>

## 三重県 乳腺患者友の会「すずらんの会」

三重県四日市市を中心に乳がん啓発活動を展開している『三重県乳腺患者友の会「すずらんの会」』（四日市市笹川・徳山直子会長）は、乳がん経験者約50人の患者会。37歳で乳がん摘出手術を受けた徳山さんが自らの経験を踏まえ、「がん患者の心の苦しみには、経験者同士が励まし合う患者会が是非とも必要」と1993年に立ち上げ、25年間もの活動が続いています。徳山さんご自身は、闘病経験で出会ったリンパケアの技術を生かし、四日市市内でリンパ療法を施術するサロン「ミュゼ・ドウ・クオル」（有）を経営されています。



「すずらんの会」  
会長 徳山 直子さん

### 【三重県乳腺患者友の会「すずらんの会」】

会則は第1条「乳房にかかわる疾患により乳房を喪失または、それに準ずる手術を受けた人を以て結成」から始まり、「会員の病後の人生がより良いものとなるよう活動。乳がん死撲滅のための啓発を行う」、「乳腺疾患患者を正会員とし、医療関係者及び協力者を賛助会員とする」など10ヶ条があります。2017年度の主な活動は、会報「すずらんtimes」2回発行、食事会、手芸、おしゃべり会開催など。すずらん会だけではなく、よっかいちキャン



手芸クラブの皆さん

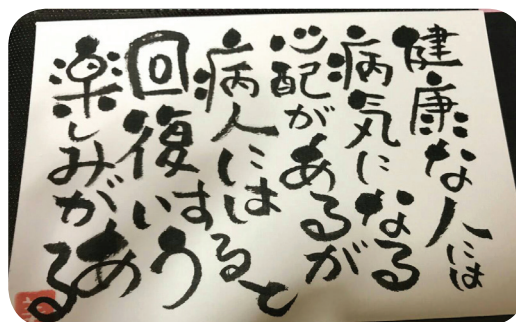


がん啓発イベント

サーリボン実行委員会(構成団体=すずらんの会、四日市看護医療大学、四日市羽津医療センター、全国健康保険協会三重支部、四日市市健康づくり課、NPO法人ワークスタイル・デザイン)への協力、県がん相談支援センターおしゃべりサロンNPO法人ワークスタイル・デザインとの協働——など三重県、四日市市と官民協働の活動を行っています。

徳山さんは、県や市が開催する会議での講演や、勉強会の講師をはじめ、様々な公的な活動にかかわり、乳がんの早期発見の大切さや知識の普及に多忙な日々を過ごしていらっしゃいます。

「総会、小旅行、新年会、食事会などの集まりには、



己書クラブ皆さんの作品

医師や看護師、検査技師などのサポーター（賛助会員）の方々にご同席頂き、問題に対処する知恵を頂いております。難しい局面に立たされている方には、的確なアドバイスを頂ける場所を探してつなぐ役割を果たすように心がけています」と語る徳山さん。医療機関に対して「新たに乳がんと診断された方々を術前からフォローさせてもらう、とお知らせすることで患者会の有用性・必要性を認知してもらえと思っています」と、新たな活動の可能性も探っておられます。

## 乳がん・子宮頸がん検診に関する要望書を厚労省に提出!

平成30年11月30日、根本 匠厚生労働大臣に乳がん・子宮頸がん検診促進議員連盟応援団の一員として、議員連盟と連名で「乳がん・子宮頸がん検診促進に関する要望書」を提出しました。要望の主眼点は「がん検診未受診者ゼロ(0)」です。

根本匠厚生労働大臣(中央)に要望書を提出する議員連盟の諸氏と応援団の方々



要望書の詳細は、Facebook「乳がん子宮頸がん検診促進議員連盟応援団」で検索してください。11月30日投稿の写真画像で掲載されています。

### ■ 要望事項

1. 職域におけるがん検診の充実について  
がん検診を誰がどこで受診したか、もしくは受診していないのかを把握し住民検診・職域検診の融通が利くシステムの構築
2. 女性のがん対策について  
受診者自身である女性の意見が反映された精度高く効率的な乳がん・子宮頸がん検診の構築
3. がん教育  
全世代でがんに対するリテラシーを高める教育制度の構築
4. 「国と自治体と有機的な連携を」のもと、成功事例を集め効果的ながん検診の推進を図る

## 啓 発グッズ頒布協力をお願い

### 患者会さまへの ハートシェアリングプログラム

患者会さまの活動に対する経済的支援になればとの思いで、2009年度より実施しています。患者会さまの集会やイベントへの参加の際に会場において、J.POSH啓発グッズの頒布協力を頂いた場合、頒布総額の30%を返金させていただきます。申込方法など詳細はJ.POSHホームページの「ハートシェアリングプログラム」を参照ください。

<http://www.j-posh.com/about/activity/heartsharing/>



### オフィシャルサポーター、オフィシャル パートナーさま向け啓発グッズ貸出制度

オフィシャルサポーター、オフィシャルパートナー様が行うイベントや社内での頒布の機会があれば、啓発グッズを貸し出しいたします。買取する必要がなく、未販売分は返却することができます。ハートシェアリングとは異なり頒布額からの返金はありませんが、ご協力をお願いします。

グッズの内容等は右のQRコードからスマートフォンでWEBサイト「ピンクリボングッズパーク」をご覧ください。



# ピンクリボン活動紹介

## 各地の啓発活動



5月13日「第3回福島市ピンクリボン街頭キャンペーン」  
福島市保健所健康推進課



マンマの会バセリさんのピンクリボンツリーと  
触診モデル展示の様子



女性元気応援団 もものわ  
10月28日の子どもフェスタにてJ・POSHの  
Tシャツを着て活動しましたのご報告



大宮ソニックシティのライトアップ



▲ 11月10日ピンクリボン・ミニウォークin埼玉 にて



◀ オフィシャルパートナーの川越市  
最明寺さんのお寺のライトアップです。10月1日～28日

同時開催された座禅ヨガ



◀ 美濃市立美濃病院さん  
みの健康フェア 11月10日、11日 美濃運動公園において  
第43回美濃市産業祭と同時開催



◀ 12月1日 第33回ちびっこ健康マラソン大会  
エディオンスタジアム(広島広域公園)にて  
プレステケア・ピンクリボンキャンペーン 広島実行委員会



◀ 10月13日 八戸&青森ピンクリボン  
プロジェクト2018にて  
八戸ピンクリボンプロジェクト実行委員会



## 事務局からのお知らせ

J.M.Sのアンケート結果を同封しておりますが、今年の特徴としてSNS(Twitterやfacebook)やWeb検索で知ったとアンケートに記載されている方が初めて出てきました。インターネット時代を感じさせるものがあります。また、J.M.Sへの参加医療機関も年々増加し、認知度も増加していますが、まだまだ広報が必要と感じています。ご賛同いただいた416の医療機関の皆様本当にありがとうございました。

地区参加医療機関数

年度	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018
北海道	27	28	34	33	37	42	44
東北	17	18	17	17	18	18	17
関東	90	93	99	90	99	111	115
中部・東海	49	49	46	50	58	54	54
上越・北陸	8	8	8	8	10	14	13
近畿	53	61	62	64	64	66	69
中国・四国	44	42	40	44	46	46	45
九州・沖縄	52	53	60	58	62	62	59
合計	340	352	366	364	394	413	416

J.M.Sの認知度の推移  
(JMSを知って受診された率)

2011	2012	2013
5.2%	5.5%	4.3%
2014	2015	2016
5.0%	5.7%	5.7%
2017	2018	
6.8%	9.1%	

## 「家族で湯ったりキャンペーン」の抽選が終わりました。

2018年度の「家族で湯ったりキャンペーン」の抽選を行いました、14施設へ30名の方をご招待することになりました。毎年の企画にご参加いただいています。温泉ネットワークの皆様へ紙面を借りてお礼申し上げます。



## ピンクリボンNEWSあとがき

『本庶佑・京都大学特別教授、2018年のノーベル医学生理学賞を受賞』——のニュースは、がんで苦しんでいる人々に大きな希望と光を与えてくれるビッグニュースでした。受賞理由を平たく言えば「免疫反応にブレーキをかけるタンパク質を見つけ、画期的ながん治療薬の開発に道を開いた」というもの。がん治療はこれまで①手術②薬物療法③放射線治療が三大治療法とされてきました。本庶先生によるタンパク質『PD-1』の発見で、新しいがん治療薬「オプジーボ」が誕生。第4の免疫療法に大きな期待が寄せられるところと

なりました。実際にオプジーボの効果で肺がんが完治した患者さんがTVのインタビューに「この薬がなかったら私はどうなっていたことか…」と、かみしめながら話す姿に感動を覚えました。臨床現場では肺がんや皮膚がんが治療効果が上がっているということですが、今後はあらゆる部位の治療に期待が高まっています。受賞決定後の講演で本庶先生は「がん免疫のシステムは進化の神様が与えてくれた幸運。この幸運をいかに健康長寿に活用できるかが今後の課題」と話されたそうです。医学、医療の進歩に感謝！(T.I)