

ピンクリボンNEWS

2022年度
春号
Vol.11 No.1

発行人 認定NPO法人 J.POSH

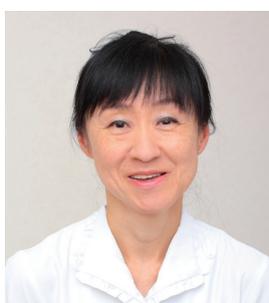
編集 ピンクリボンNEWS 編集委員会

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

乳がんの情報は アプリにお任せ!



医療法人湘和会
湘南記念病院
乳がんセンター長
土井 卓子

皆さんは、乳がんの最新の情報を知りたくありませんか？よく芸能人の方が乳がんにかかったというニュースが流れると、乳がん検診を受けて早期発見することが大切だと報道されたりします。しかしマンモグラフィは痛いし、被爆するし、高濃度乳房*かもしれないし、自分に合った検診の受け方がわからないと悩んで、結局気になっても何もできない方が多いのではないのでしょうか？

※高濃度乳房とは、乳房の中の乳腺の割合が高い状態をさします。高濃度乳房の場合は、マンモグラフィではがんと乳腺の見分けが困難と言われています。詳しくはブレストヘルスナビでチェックしてみてください。

そこで現在の日本で発症している乳がんの現状から、検診の受け方、自己触診の仕方を解説した動画や良性のしこりの情報、高濃度乳房の解説などの最新情報が手軽に手に入るアプリが開発さ

れました。自分の年齢や状況を入力すると、自分にあった検診の選択肢が出るようになっています。これからも次々と新情報を入れる予定です。是非お役立ていただきたいと思います。

— 検診率向上を目指して —

私もこのアプリの開発に立ち上げから関わらせていただきました。このアプリを作ろうと思ったきっかけは、マンモグラフィ検診受診率が頭打ちになり、乳がん死亡率も低下に転じてこないことから、どうにかしたいと思ったことです。日本で乳がん検診制度が確立されて22年となりました。最初は15%程度と低かった受診率は上昇し、現在、約44%まで上昇しましたが、そこから横ばいのままです。死亡率はまだ上昇が続いています。受診率44%といっても、同じ人が繰り返し受診されることが多く、1回も検診を受けたことのない人もまだ多く、この未受診者の中に乳がんが多く隠れている可



スマートフォンでQRコードを読み取ってアプリを取得してください

ブレストヘルスナビアプリ画面



可能性があります。講演会、ピンクリボンウォークなど様々なイベントで受診を呼び掛けても、関心のない方にはなかなか届きません。

— ブレストアウェアネス —

もし、自己触診が習慣となり40歳になったら検診に行くのが当たり前、自分の乳房のことを理解して異常に気が付いたらすぐ外科、乳腺外科を受診するのが当たり前という社会になれば、受診率も上がり、死亡率も低下してくると思われれます。乳がんの認知をここまで高めることを「ブレストアウェアネス」と呼びます。10代、20代の若い人にブレストアウェアネスを広めておくことが、20年後の受診率を確実に上げていく方法だと言われており、学会や政策での取り組みも始まっています。このブレストアウェアネスは学校教育に入っているわけではなく、普及も容易ではありません。

【鎌倉市の取り組み】

鎌倉市では市の検診事業として20代30代女性を対象に「乳房健康指導」という名称で看護師、助産師などが申込者に時間を取って乳がんの疫学、自己触診の方法、検診の受け方などを説明しています。受講された方からは好評で、指導者の熱意もあって該当年齢になったら検診を必ず受けようと思うと感想をいただいています。この内容をいつでも繰り返し見られるように作成したのがこのアプリです。

また、鎌倉市以外の方にもぜひご活用いただきたいと、全国どこでも無料でダウンロードできるようにしました。自分の年齢や家族歴などを入力すると自分にあった検診の受け方が表示されるようになっていきます。最新情報を次々載せていくほか、今後はYou Tubeで情報発信されている先生とつなげて動画で

の情報も使っていただけるようにしていきます。スマートフォンでQRコードを使用させていただくか、「ブレストヘルスナビ」と検索してください。



ブレストヘルスナビ WEBサイト画面

手軽に必要な情報がコンパクトにまとめられていると思いますので、年齢層を問わず、どなたでも自由にご活用いただけるとと思います。ご家族やお友達にも勧めてあげてください。仕事や家事、育児、介護と忙しく、とにかく自分のことは後回しにしてしまいがちな現代女性ですが、自分が健康で明るくはつらつとしていることが職場も家庭も明るくする大切な要因です。輝いた自分であるために、最もかかりやすい乳がんにも気を付けて先手の対応をしていきましょう。万一かかったとしても怖がって悪化させてしまうことなく早期発見で、上手に乗り越えていきましょう。今後もYou Tubeで動画配信する医師と協力してたくさんの情報を次々と更新していく予定です。ぜひ繰り返しご覧になってください。アプリが少しでも皆様の健康のお役に立てたら幸甚に存じます。男性の方にも知っていただきたい情報ですので、男性の方のご利用も期待しております。

全国の生協で乳がん啓発活動

日本生活協同組合連合会

日本生活協同組合連合会(日本生協連=東京都渋谷区、土屋敏夫代表理事長)は、宅配や店舗での商品販売、共済、医療、福祉事業など幅広く取り組んでいる全国の各種生協などが加入する全国連合会。現在約320会員が加入し、組合員総数は約2800万人と日本最大の消費者組織。生協は消費者自身が出資して組合員となるが「生協組合員の大半は女性であり、女性のがんの罹患者数の第1位である乳がんのピンクリボン運動を支援したい」と日本生協連は17年2月にJ.POSHのオフィシャルサポーターに登録。以来、毎年定期的にご寄付を頂いているほか、各生協の学習会や店頭イベントなどの場でピンクリボン運動に関わる学習活動などを展開されています。

日本生協連の主な活動内容は

- ① コープ商品を供給(卸)する全国の生協の売り場(宅配、店舗)において「ピンクリボン運動に協賛」している旨をアピール
- ② 一定期間におけるコープ化粧品・ブラジャーの供給数に応じた金額を集計し、J.POSHに寄付
- ③ 化粧品学習会や店頭イベントなどの場で、ピンクリボン運動に関わる啓発活動を開催
- ④ 取り組みの内容や成果について組合員に知らせ、乳がん啓発の活動の認知と共感を高めていく…など。

化粧品・ブラジャー販売実績に応じ寄付

寄付活動は毎年、秋のピンクリボン月間に合わせてコープ化粧品の供給数(販売個数)に応じた金額をJ.POSHにご寄付して頂いています。コープ化粧品全品が対象で、22



乳がん啓発の情報をチェックする組合員
(組合員参加イベント会場で)

年度は9月1日から10月20日をキャンペーン期間に設定されています。また、通販本部(奈良恵子執行役員通販本部本部長)では通年のブラジャーの供給実績に応じた金額をご寄付頂いています。

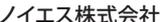
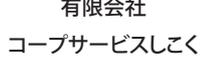
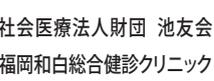
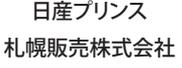
日本生協連が、加入生協に独自ブランドの化粧品を供給し始めてからの歴史は長い。藤本友子執行役員第二商品本部本部長は「化粧品を取り扱い始めて今年で45周年。組合員である女性消費者の皆さんからのご寄付は、乳がん啓発活動にフィットしていると考えています。さらに力を入れて息の長い活動にしていきたいと思えます」と話しておられます。



J.POSHへの寄付対象は全てのコープ化粧品
(写真上下ともに日本生協連提供)

J.POSHオフィシャルサポーター

認定NPO法人 J.POSH (日本乳がんピンクリボン運動)を通じてピンクリボン運動をご支援いただいている企業・法人・など各種団体の一覧です。

 <p>東京海上日動 あんしん生命</p>	 <p>yoga works ここちいいヨガ、ここから。</p> <p>有限会社ヨガワークス</p>	 <p>international Frau</p> <p>株式会社フラウ・インターナショナル</p>	 <p>プロポーショナルづくりのダイアナ Diana Solution for Life</p> <p>株式会社ダイアナ</p>	 <p>バレーガクリニック BELLUGA CLINIC</p>
 <p>JRM JAPAN RISK MANAGEMENT</p> <p>ジャパンリスクマネジメント株式会社</p>	 <p>M+TC Mammoplus TAKEO CLINIC</p> <p>医療法人健優会 マンモプラス竹尾クリニック</p>	 <p>医療法人医誠会 Heisei Group</p>	 <p>日産プリンス山梨</p>	 <p>JA三井リース</p>
 <p>スルガ銀行</p>	 <p>TAKAZONO 株式会社 タカソノ</p>	 <p>NISSAN 日産プリンス茨城</p>	 <p>NATURAL WIG Chapord シャポード</p>	 <p>Benefit Station</p> <p>株式会社ベネフィット・ワン</p>
 <p>ノイエス株式会社</p>	 <p>イルスメディカ名古屋</p>	 <p>SOLUTION for your life... 株式会社オフィストゥワン</p>	 <p>人も地球も健康に Yakult</p> <p>株式会社ヤクルト本社</p>	 <p>TOKYO SOIR 東京ソワール</p>
 <p>高木金属工業株式会社</p>	 <p>中部飼料株式会社 CHUBU SHIRYO CO., LTD.</p>	 <p>朝日生命</p>	 <p>有限会社 コープサービスこく</p>	 <p>品川美容外科</p>
 <p>SUNTORY SUNTORY FLOWERS LIMITED サントリーフラワーズ株式会社</p>	 <p>社会医療法人財団 池友会 福岡和白総合健診クリニック</p>	 <p>株式会社アキヤマ</p>	 <p>京都奉製株式会社</p>	 <p>3A-life</p> <p>スリーエー・ライフ株式会社</p>
 <p>JFR CARD JFR GROUP</p> <p>JFRカード株式会社</p>	 <p>日産プリンス 札幌販売株式会社</p>	 <p>ルノン株式会社</p>	 <p>サカタのタネ</p>	 <p>iishop</p> <p>有限会社パリアカン堂</p>
 <p>(株)コープデリ保険センター</p>	 <p>中日本 JMLINK 中日本メティカルリンク株式会社</p>	 <p>hugge bridal sweet and luxuriously bridal inner</p> <p>株式会社ローズ・サプライ</p>	 <p>くわこや</p> <p>株式会社くわこや</p>	 <p>JAPACK'S</p> <p>株式会社ジャパックス</p>
 <p>Fitme 女性の為の「医療用ワッグ」 「フィットミー」</p> <p>フェザー株式会社</p>	 <p>株式会社シールズ</p>	 <p>T-PEC</p> <p>ティーベック株式会社</p>	 <p>RITSUBI LEADING BEAUTY INNOVATION</p> <p>株式会社リツビ</p>	 <p>大木産業株式会社</p>

<p>Activate Power of Fashion</p>  <p>株式会社 iDA (アイ・ディ・エー)</p>	 <p>雪印ビーンスターク株式会社</p>	 <p>ウィッグ・かつら専門店 コヰ</p>	 <p>米坂エステティックグループ</p>	 <p>は〜とびあ 新潟日産モーター</p>
 <p>暮らしを変える、明日を変える 株式会社エル・ローズ</p>	 <p>株式会社HEAVEN Japan</p>	 <p>株式会社神戸酒心館</p>	 <p>グンゼ株式会社</p>	 <p>THE WORLD THE WORLD株式会社</p>
 <p>日本カルミック 日本カルミック株式会社</p>	 <p>ミドリ安全株式会社</p>	 <p>日本製紙株式会社</p>	 <p>伸栄商事株式会社</p>	 <p>マイランEPD合同会社</p>
 <p>高信化学株式会社</p>	 <p>日本生活協同組合連合会</p>	<p>医療ビジネス専門学校</p>	 <p>株式会社アーキ・ジャパン</p>	 <p>エターナル株式会社</p>
 <p>株式会社ワコール</p>	 <p>メドライン・ジャパン合同会社</p>	 <p>旭川リハビリテーション病院</p>	 <p>ヘルサント スタッフ株式会社</p>	 <p>株式会社HRC</p>
 <p>けやき美容クリニック沼津院 KEYAKI BEAUTY CLINIC NUMAZU</p>	 <p>MTコスメティクス株式会社</p>	 <p>エコロシティ株式会社</p>	<p>LINE DROPS</p> <p>株式会社 小川</p>	 <p>株式会社 北里コーポレーション</p>
 <p>株式会社スクロール</p>	 <p>ティールライフ株式会社</p>	<p>あなた色に輝く日々を なないろ生命 朝日生命グループ</p>	 <p>株式会社コープ東北保健センターあおもり支店</p>	<p>WINTER-FASHION</p> <p>MINインターファッション株式会社</p>
<p>J.POSHオフィシャルパートナー</p> <p>認定NPO法人 J.POSH (日本乳がんピンクリボン運動)を通じてピンクリボン運動をご支援 いただいている営利を目的としない患者会・協会・組合・などの各種団体の一覧です。</p>				
			 <p>乳がん患者会「関西ひまわりの会」</p>	 <p>神和温泉 神温泉郷 温泉観光協会</p>
 <p>藤沢ラグビー蹴球倶楽部</p>	 <p>全国旅館ホテル生活衛生同業組合連合会 女性経営者の会</p>	 <p>京都薫風ライオンズクラブ</p>	<p>塩原温泉旅館協同組合 女将の会</p>	 <p>一般社団法人日本グルーデコ協会</p>
 <p>一般社団法人日本美姿勢協会</p>	 <p>FC OSAKA</p>	 <p>日本航空 ラグビー部 JAL WINGS</p>	 <p>川越市 最明寺</p>	 <p>NPO法人日本ハウスクリーニング協会</p>

『名古屋ウィメンズマラソン2022』 8700人が市内駆け抜ける



8700人が一斉にスタート(2022年3月13日)

中日新聞社、参加者チャリティをJ.POSHに寄付

3月13日(日曜日)、名古屋市のバンテリンドームナゴヤ発着の「名古屋ウィメンズマラソン2022」(日本陸上競技連盟、中日新聞社主催)が開かれ、大勢の女性ランナーたちが名古屋市内を駆け抜けました。2012年から続く伝統のある同大会ですが、20年は新型コロナウイルス禍により一般の部を中止し、エリートのみ110人で開催。21年は参加者人数を絞り込み、感染対策を実施して4700人での開催となり、22年は同処置に加えPCR検査を導入し、8700人が参加されました

この大会のチャリティ枠で出場されるランナーの皆さんは、大会が指定するチャリティ先の団体から、ご自身でチャリティ先を選べられます。そこでJ.POSHを寄付先を選んで頂いた方々からの寄付金をJ.POSHピンクリボン基金にお振込み頂くというしくみになっています。



J.POSHの啓発パネルに見入るウィメンズマラソン参加者(バンテリンドームナゴヤで)(写真上下ともに中日新聞社提供)

お選び頂いた皆さんからのご支援は、私達J.POSHが走り続ける大きな力となっています。心より感謝申し上げます。

J.POSHおかげ様で設立20周年



認定NPO法人J.POSH
副理事長 平田 享

2002年2月、乳腺専門医の田中完児理事長を含む高校の同級生6名が集まり「J.POSH」という名称の乳がん啓発を目的とする「ピンクリボン運動」を始めました。当初は、各々「ピンクリボン運動」の意味もわからず。ただ、今後日本でも欧米のように乳がんが急激に増えるという田中理事長の言葉に動かされて。

設立20周年を迎えた今、「ピンクリボン運動」という言葉が日本国中に浸透し、津々

浦々で「ピンクリボン運動」が行われています。設立当初は、日本の女性30人に一人が乳がんを発症すると言われていたのが、今や9人に一人。20年の月日は、乳がん患者の数を急激に増やしました。しかし、早期に乳がんを発見される方の割合もどんどん増えてきております。これは、ピンクリボン運動にかかわるたくさんの団体・個人の皆様方の努力の賜物と考えております。

新型コロナウイルスの感染拡大により、活動が制約される中での『20周年』を迎えた「J.POSH」ではありますが、さらなる未来を見つめながら次の『30周年』に向かって粛々と活動を続けてまいります。今後ともよろしくお願い申し上げます。

啓発パネル及び触診モデルの貸出

色々な企業の保健担当の方や保健師さんから、よく貸出の依頼をお受けします。女性の従業員の方々に乳がんの事や乳がん検診の大切さをお伝えするのに役立てて頂いています。お写真を提供頂いた会場では、触診モデルを見られた関係会社の方が「実は去年検診でひっかかった」「母の検診に付き添って行って、自分も受けたら見つかった」など話して下さったと

か。展示を企画された保健師さんはなおさら啓発の重要性を感じられたようでした。触診モデルに触るのは初めての方も多かったようですが、こ



検診会場に設置された触診モデルを触る従業員さん達（石原産業株式会社四日市工場）

れからはご自身の乳房に関心をもち、セルフチェックを習慣づけてもらえたら良いと思います。また、40才以上の方には2年に一度の検診は是非受けて頂きたいものです。



上記パネルと触診モデルは無償にて貸出しております（返送費用のみご負担いただきます）のでご活用下さい。10月のピンクリボン月間には申請が集中し、ご希望の日程に沿えない場合があります。できましたら、10月に限らず、啓発の企画をお願いできればと思います。

事務局からのお知らせ

啓発リーフレット改訂

従来のリーフレットに新しい情報を追加致しました。今回、同封しておりますのでご覧ください。50部までは無料にて(年2回まで)お送りしますので、啓発活動にご利用下さい。

※50部を超えますと送付方法が変わる為、有料とさせていただきますので、ご了承下さい。

ピンクリボン啓発活動助成金

昨年度はコロナ禍の影響で、応募件数が少なくなりましたが、今年度も40団体に助成を行います。毎年連続での申請も受け付けますので、ご遠慮なく応募ください。なお、対象団体様へは、ピン

クリボンニュースに応募要領を同封してお送りします。応募用紙のダウンロードや詳しい応募要領はJ.POSHホームページをご参照ください。

“抗菌ハンドタオル”デビュー

啓発グッズとして抗菌ハンドタオル2色(ピンク、ネイビー)を追加しました。表面に抗菌防臭・消臭効果が半永久的に続くとされるクラビオンが織り込まれています。クラビオンは、カニの甲羅からとれる天然成分キチン・キトサンを繊維化した糸で、抗菌効果があると言われています。低刺激で敏感肌にも安心です。



ピンクリボンNEWSあとかぎ

2022年2月、20周年を迎えた認定NPO法人J.POSHの様々な啓発活動の中で、最も不特定多数の皆様へ直に訴えることができるのは『啓発ティッシュ』の配布だと思います。2014年度から始めた乳がんの自己検診の大切さを啓発する『Mamma Check(マンマチェック)』は『プレストアウェアネス』活動の一環。その一環と

して始まった「啓発ティッシュキャンペーン」の狙いは「より多くの女性に自己検診の有用性と正しいやり方を知って頂くため、検査方法のイラストを挿入したティッシュを配布する」というもので、全国の保健所や啓発団体、J.M.S参加医療機関、個人サポーターなどにティッシュを提供し、広く一般に配布して頂いています。初年度は35団体に10万5千個を提供し、年々増加して17年度には223団体に30万5千個をお届けした実績もあります(最近ではコロナ禍



の影響で減少)。

ところで、歴代のティッシュを並べて気付くのは、『いままや〇人に1人が乳がんの時代』というコピーの変遷(写真)です。『〇人に1人』の数値は「国立がん研究センターがん情報サービス」が毎年公表する統計データ「累積罹患リスク」(ある年齢までにある病気と診断されるおおよその確率)から引

用しており、〇人の数値が年々少なくなっている(罹患リスクが高まっている)点が気になります。多くの皆様へ罹患リスクを訴える的確な数値だと考えてティッシュに刷り込んでいます。ちなみに「9人に1人」は21年度に印刷・配布したティッシュで、直近の公表データを引用しています。街行く皆さん!、啓発団体の皆さんからJ.POSHティッシュを受け取ったら「〇人に1人」の数値を認識するとともに、図解された自己検診を実践してみてください。(IT)