

しらかば

第75号

平成28年
(2016年)

10月

公益財団法人 北海道札幌市東区北26条東14丁目1-15
北海道対がん協会 Tel (011)748-5511 Fax (011)748-5512

<http://www.hokkaido-taigan.jp/>

正しい知識を得るには。

公益財団法人北海道対がん協会
経営管理部企画課広報係長 植村 絵美

芸能人による「がん告白」のニュースが連日のように放送されていますが、その影響を受けてでしょうか、当協会へもメディアからの取材や健康教育の依頼が増えています。社会全体のがんに対する関心が高まっているように感じます。

一方で、科学的根拠のない情報や間違った情報も氾濫していて、それを声高に主張される方、信じ込まれている方にお会いすることも少なくありません。

たとえば、最近多いのは「胃がん検診の方法の一つである胃X線検査（バリウム検査）は受けても全く意味がない。」という主張です。また、“20歳代など若い女性が乳がん検診(マンモグラフィ検査)に殺到する”といったこともあります。検診機関としては看過できない問題ですので、ここで意見を述べさせていただきます。

まず、胃X線検査は、当協会では昭和38年から、全国的には昭和58年から行われている胃がん検診です。50年以上前から行われているということで、不安に思われる方が多いのか、「古典的だ」、「意味がない」等の批判をよく聞きます。しかし、今年2月に、厚生労働省のがん検診指針[※]が改正されるまでは、胃X線検査が唯一“受診することで死亡率減少効果がある”と認められていましたし、改正後も、胃内視鏡検査とあわせて、胃がん検診の方法として認められています。国の基準をみたく精度管理下で撮影された写真であれば客観性があり、もちろん早期がんを発見することが可能です。当協会の最新の成績では、手術施行197名のうち158名が早期がんでした（H25）。撮影した写真を二人の医師で必ずダブルチェックをしていますので、診断性は高いです。他にもいいところはたくさんあり、たとえば、毎年同じ検診機関を受診していれば、

前年度やそれ以前の写真と比較することもできます。ピロリ菌がいれば、胃の壁が荒れて見えるので、精密検査、除菌治療へと道筋をつけることもできます。検診費用が安いのも特徴です。検診を実施する側にすると、検査時間が短い（＝一日の対応可能人数が多い）こともメリットであると言えます。

腸閉塞などの既往がある方や、高度の便秘のある方、高齢の方など、胃X線検査よりも胃内視鏡検査を受けた方がよい方はいます。ただ、「(誰でも)バリウムはダメだ。」は科学的根拠がありません。胃X線検査にするか、胃内視鏡検査にするかは、ぜひ、お一人お一人が、双方のメリット・デメリットを勘案した上で決定していただきたいと思います。

よくある誤解の2つ目、若い方の乳がん検診です。国の指針では、乳がん検診は40歳以上とされています。子宮頸がん検診が20歳からなので、誤解されている方もよくお見かけします。

なぜ、若い人（20～30歳代）が乳がん検診に適さないのか。それは、若い人でも乳がんにかかる方が増えてはいるものの、その数は全罹患者数の6%に満たず^{※2}、数としては多いとは言えないからです。検診を受けても大半の方が精密検査不要となり、様々なデメリットと勘案して、メリットが少ないため、現在は40歳からという整理になっています。

また、マンモグラフィ検査では乳腺が白く写り、がんも白く写るため、乳腺が豊富な若い人では明確な画像が得られにくいこともあります。若い人には乳腺超音波の併用が勧められていますが、これは今まさに科学的根拠を研究しているデリケートな段階です。

がんや検診に関する情報は細分化されていて調べにくいのは事実です。北海道対がん協会では、正しい知識を得るためのお手伝いとして、講師の派遣（健康教育）や各種資料の提供を行っております。お気軽にご相談ください。

※ 厚生労働省「がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針」

※2 出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」 罹患データ（全国推計値・2012・上皮内がんも含む）

❖ 北海道がん対策基金 実施状況 ❖

❖ 北海道がん対策基金とは？

「がんになっても安心して暮らせる社会づくり」を目標に、全ての道民が一体となってがんの克服とともにがん患者やその家族の方々を社会全体で支える仕組みとして、平成27年2月、北海道が中心となり、道内企業をはじめ各種団体や道民の皆様などからの募金や寄附を財源とした基金を設立いたしました。

今後、本基金をもとに、皆様とともに「がんに負けない社会」の実現を目指して様々な取組みを進めてまいりますので、継続的なご支援・ご協力をお願い申し上げます。

募金状況



8月31日現在の累計募金状況は

12,073,929円

引き続き、皆様のご協力をお願いいたします。

募金額の内訳

一般寄附・募金箱		
個人	41件	4,091,692
企業・団体等	97件	6,860,001
自動販売機	30件	948,042
常設募金箱	9か所	48,759
臨時募金箱	14日間	125,435

企業・団体等の募金状況

企業（H28.4月～8月）		
4/15	㈱東海日動パートナーズ	21,600
5/18	住友生命保険相互会社	68,275
5/31	第一生命保険株式会社	20,000
6/28	住友生命保険相互会社旭川支社	11,030
7/20	恵庭建設㈱	20,000
8/31	㈱北海道新聞社	100,000

募金箱の募金状況

イベント設置募金箱（H28.6月～8月）	
ピンクリボン in SAPPORO ファミリーがん教室	7,400
第49回北海道家族の健康をまもる講習会	1,061
北海道がんサミット2016	20,095
第一生命健康特別講座	7,075

新規 基金支援自動販売機設置先

設置年月	北海道コカ・コーラボトリング株式会社	台数
H28.6	札幌医科大学付属病院外来棟1F	1
設置年月	サントリービバレッジサービス株式会社	台数
H28.6	株式会社ほくやく・竹山ホールディングス	2
基金支援自動販売機累計台数		75

商品募金・募金箱・支援自動販売機設置先募集

がんの教育や予防、がん検診の受診促進、がんになっても安心して暮らせる社会づくりのための基金を継続していくためには、企業からの寄附や大口寄附だけでなく、道民の皆さんが一丸となって、「私達が、がんを負けない北海道を作るんだ！」と意識していただくことが大きな力となります。

北海道がん対策基金では、寄附金付き商品の企画販売や募金箱および支援自動販売機の設置にご協力いただける事業所・店舗・病院などを募集しております。



募金箱は、幅12cm、奥行き9.7cm、高さ17.9cmの亚克力製です。募金箱の背面には、パンフレットを挿入することができます。募金箱のサイズ・材質等は変更となる場合がございます。

また、イベント等の臨時的な募金箱設置先も募集しております。お問い合わせは事務局までお願いいたします。

お問い合わせ

募金箱・自動販売機設置について、その他お問い合わせは事務局までお問い合わせください。

＜事務局＞

○公益財団法人 北海道対がん協会

TEL (011) 748-5511

○北海道保健福祉部健康安全局地域保健課
がん対策・健康づくりグループ

TEL (011) 204-5117

マッチング・ギフト制度で第一生命様よりご寄附をいただきました

※すこやか北海道※ 北海道・第一生命共催
「がんを知り、がんと向き合う」道民セミナー
 平成28年4月27日(水) 13:30~16:00
 道新ホール(札幌市中央区大通り西3丁目
 道新ビル大通り館8階)

第1部:「明るくさわやかに生きる」
 ~アグネスが見つめた生命~
 歌手・エッセイスト
 日本対がん協会「ほほえみ大使」
 アグネス・チャン さん

第2部:新・がんのひみつ
 東京大学医学部付属病院 放射線科准教授
 中川 恵一 氏

参加者:約700名

世界で幅広く活躍されている、アグネス・チャンさんの貴重ながんの体験を生で聞くとともに、TVにも出演され、がんに関する理解を広めるために多方面で活躍中の中川恵一氏の講演は、がんの最新情報を聞くことができました。

そして、セミナーに参加された皆様から、休憩の際

やお帰りの際に会場の募金箱にたくさんの募金をいただきました。

更にマッチング・ギフト制度を活用し、集まった募金額に第一生命様が上乗せをして合計54,000円ものご寄附をいただきました。

第一生命は、北海道で100年目を迎える今年、北海道をふるさとと考え、活力あるふるさと作りに貢献したいとの思いから、平成28年1月に北海道との包括連携協定を、生命保険会社として初めて締結しました。

この度の道民セミナーは、健康増進等の包括協定事業のひとつですが、「北海道がん対策基金」の募金の呼びかけにご協力をいただいた社員の皆様、ご寄附をいただいた皆様に心より感謝を申し上げます。

がん死亡率全国ワースト2位の北海道から、少しでもがんで亡くなる方を減らし、がんになっても安心して暮らせる社会の実現を目指して様々な取り組みに役立ててまいります。

一つ一つの取り組みが、基金にとって大きな力となります。今後も皆様の継続的なご支援・ご協力をお願いいたします。

クレジットカードによるオンライン募金と賛助会費納入ができます

北海道対がん協会のホームページから、クレジットカード決済によるオンライン募金ができるようになりました。

銀行・郵便局の窓口やATMに出向かなくても、ネット環境があれば、思い立った時に募金や賛助会費の納入をしていただけます。



オンライン募金の方法

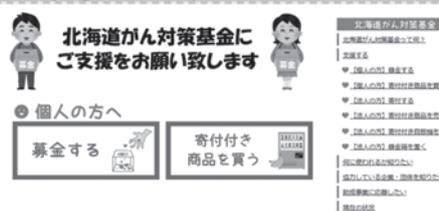
①ご利用になれるカード

VISA MasterCard のいずれかのロゴが付いていれば、発行しているカード会社に関係なく、ご利用可能です。

②北海道対がん協会のホームページを開く アドレス: <http://hokkaido-taigan.jp>

③ ここをクリック。

④ 北海道がん対策基金



個人の方は、個人の方へ「募金する」から、法人の方は、法人の方へ「寄付する」から入ってください。

⑤ 北海道がん対策基金



クレジットカードでの募金 をクリックすると、カード

情報入力画面に切り替わります。

初めの方には、「初めての方・非会員」をクリックし、カード情報を入力してください。

※「毎月募金する」を選択された場合、ご指定の金額を毎月自動的に、クレジットカードよりご請求となり、継続的にがん対策にご参加いただけます。

⑥「次へ」をクリックし、入力した情報の確認をしてください。

入力した情報に誤りがなければ、「次へ」をクリックし決済は完了です。

募金は、入力したクレジットカードに請求され、利用明細に「北海道がん対策基金」と記載されます。

賛助会費の納入はこちら

- ①北海道対がん協会のホームページを開く
 (アドレス: <http://hokkaido-taigan.jp>)。
- ②ホーム画面の右側にある、「寄付・賛助会の案内」をクリック。
- ③クレジットカードでの入会・更新より、
 ●毎年自動更新をする または、
 ●今年度分を更新する を選び、
 金額を入れたら「決済フォームへ」をクリック。

④クレジットカード情報入力画面に切り替わったら、北海道がん対策基金の⑥以下の操作と同様に行ってください。

クレジットカード明細には、「公益財団法人北海道対がん協会」と記載されます。

※がん対策には、皆様のご協力が必要です。よろしくお願いいたします。

第49回 北海道家族の健康を まもる講習会

開催日時：平成28年7月1日（金）～2日（土）

開催場所：国立大雪青少年交流の家
（上川郡美瑛町白金温泉）

主催：北海道健康をまもる地域団体連合会
公益財団法人北海道結核予防会
北海道食生活改善推進員協議会
公益財団法人北海道対がん協会※当番事務局

後援：北海道

プログラム

1日目 7月1日（金）

- ・開講式
- ・レクリエーション～ハイキング、パークゴルフ、ホビークラフト
- ・全体交流会
 1. 乳がん体験談「私と乳がんと闘病と日々の暮らし」
新琴似西地区 伊藤 敏恵
 2. グループワーク「食生活と塩分について」

2日目 7月2日（土）

- ・講習1「肺を大事にして長生きしましょう！
－目からウロコのCOPDの話－」
道北勤医協 旭川北医院 院長 松崎 道幸
- ・講習2「ロコモ予防体操」
公益財団法人北海道対がん協会
札幌がん検診センター 臨床検査部
集検係長 市川 浩巳
- ・講習3「内科のがん」
公益財団法人北海道対がん協会 釧路がん検診センター
所長 松浦 邦彦
- ・閉講式

この講習会は、『健やかで、いきいきとした生活を送るために』をテーマに、健康に関する正しい知識をより一層深くし、各地域の親善交流を図り、家族の健康をまもる地域保健活動を円滑に推進することを目的とし、年1回開催しています。

第49回目を迎えた今年、1日目は晴天に恵まれ、新緑眩しい中でのハイキング、パークゴルフで汗を流し、室内では3種類のホビークラフトで文化交流を図りました。

夕食後の全体交流会では、乳がんの闘病を続けながらも、家族や仲間の支えと見守りに幸せを感じ、充実した生活を送られている貴重な体験談を聞くことができました。

初めてグループワークも実施しました。食生活改善推進員を中心に、日頃の食生活と塩分について話し合い、最後に各班が発表することで参加者全体での共有を図り、充実した全体交流会となりました。

2日目は3講演行われ、1講目では、喫煙と受動喫煙の害およびCOPDと禁煙対策について、2講目では、ロコモ

チェックシートでロコモ度をチェックした後、具体的なロコモ予防体操の実践を交えた講演でした。3講目では、がんの基礎及び全国と比較した北海道のがん高死亡率の衝撃的データの解説と、画像を交えながら胃がん・大腸がんについてのお話でした。

来年で第50回目を迎える北海道家族の健康をまもる講習会は、更に実りある講習会を予定し計画中です。地域保健活動をされている方や、町内会で保健活動に興味のある方等どなたでも参加できますので、詳しくはお問い合わせください。7月初旬予定です。



道内で初めての開催 「北海道がんサミット2016」 患者が望むがん対策

全国で2番目に高い
死亡率を下げるために

開催日時：平成28年7月24日
開催場所：北海道新聞社
主催：北海道がん対策「ろくみいったい六位一体」協議会
構成団体：(一社)グループ・ネクサス・ジャパン北海道支部、ピンクリボン・ディスカバ、がん対策北海道議会議員の会、(一社)北海道商工会議所連合会、北海道経済連合会、北海道がんセンター、(一社)北海道医師会、北海道文化放送 (UHB)、北海道新聞社、北海道、札幌市、(公財)北海道対がん協会



がん患者や家族、医療者、行政担当者、議員、企業関係者、メディアの6者が一堂に会し、約250人の参加のもと、第一部では講演を、ランチョンセミナーを挟み第二部では約100名の方が7つのグループに別れテーマ別に現状のがん対策の問題点や改善策、必要な施策を話し合い発表しました。

協議会では出された課題や施策を要望書にまとめ、知事、札幌市長、がん対策北海道議会議員の会に後日手渡します。

【第一部】講演

- 北海道の六位一体のがん対策
～あなたの参画による目標達成への旅～
NPO法人がん政策サミット理事長
国際医療福祉大学大学院教授 埴岡健一
がん登録から見える北海道のがん対策の課題
独立行政法人国立病院機構
北海道がんセンター院長 近藤啓史
- がんサミットに参加して
グループ・ネクサス・ジャパン北海道 佐野英昭
患者から見た北海道の課題
ピンクリボン・ディスカバ 柴田直美

【ランチョンセミナー】

北海道新聞のキャンペーン「がんを防ごう」から
北海道新聞社

- 室蘭がんフォーラムの紹介
リレーフォーライフとまこまいの紹介
患者団体・患者支援団体の紹介

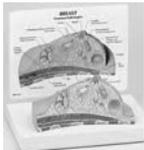
【第二部】

行政説明「今後の北海道がん対策推進計画の策定に向けて」
北海道保健福祉部健康安全局地域保健課
グループワーク (①診断と治療②早期発見③予防④普及啓発とがん教育⑤相談支援と情報提供⑥患者の就労⑦緩和ケア
各グループの発表・全体講評

肺がん模型・喫煙タール模型・乳房疾患模型・腸疾患模型を購入しました

普及啓発用教材として、新しく購入しました。
健康講話や健康まつり・イベント等でがんの正しい知識の普及、がんの早期発見・早期治療のためのがん検診受診率向上を目指して活用していきます。
また、この各種模型は無料で貸出しも行ないますので、市町村や企業、関係団体で行う健康イベント、研修会等で活用をご希望の際は、お問い合わせください。
他に、乳房のしこりがわかる「乳房触診模型」があります。

(問い合わせ：企画課 熊林)

品名	模型説明	
肺がん模型	健康な肺と、肺気腫・癌に侵された肺を比較しながら、色や形だけでなく、ポンプで空気を送り、膨らみ方の違いも比較することができます。 サイズ：55×43×30cm	
喫煙タール模型	1日10本のたばこを吸う喫煙者の肺が、1年間の間に肺に取り込む発がん性物質、タール液がボトルに密封されています。 サイズ：9×9×13.5cm	
乳房疾患模型	断面にカットされた模型により、一般的な乳房疾患（腺癌、のう胞、線維線種）や、乳房の組織構造も学ぶことができます。 サイズ：16.5×11×7.5cm	
腸疾患模型	結腸と直腸の疾患（憩室、ポリープ、痔核、慢性炎症性疾患）と、がんは様々なステージや良性、悪性の変化を見ることができます。 サイズ：18.0×21.0×27cm	

48th

がん予防 道民大会 in 名寄

「胃の検査について知ろう」



公益財団法人北海道対がん協会
常務理事・センター長

山口 由美子 氏

特別
講演

健康
講話

「笑い与健康」

落語家（札幌市在住）

桂 枝光 氏



日
時
場
所

平成28年10月14日(金)

(12:00開場) 13:00~16:00

名寄市民文化センター
(EN-RAYホール)

名寄市西13条南4丁目2番地

入場
無料
(事前申込制)

主催

北海道・公益財団法人北海道健康づくり財団
名寄市・公益財団法人北海道対がん協会

お問い合わせ

名寄市保健センター
北海道対がん協会

☎01654-2-1486
☎011-748-5511