

# しらかば

第88号

令和4年  
(2022年)

2月



北海道対がん協会ホームページ

公益財団法人 北海道対がん協会

北海道札幌市東区北26条東14丁目1-15 Tel (011) 748-5511 Fax (011) 748-5512 <https://www.hokkaido-taigan.jp/>

## 旭川がん検診センター 開設40周年を 迎えて



公益財団法人 北海道対がん協会  
理事 兼 旭川がん検診センター所長

すが の ひろ 子  
菅野 普子

公益財団法人北海道対がん協会旭川がん検診センターは、北海道対がん協会の第2の施設として昭和55年に建設され、令和3年で開設40周年を迎えました。これまでご支援をいただいた北海道と各市町村の関係者の皆様、またご指導ご協力をいただいた旭川医大をはじめとする道内各大学や医療機関、そして何より当センターを信頼して検診を受けてきてくださった受診者の皆様に深く感謝いたします。

私は現在、旭川がん検診センターの所長（乳房科）を務めておりますが、初代所長の池田成之（胃・内視鏡）、大塚 忍（胃・内視鏡）、山崎知文（婦人科）、安保智典（胃・大腸・内視鏡）各先生方に次いで5代目となります。旭川医大4期卒業ですが、第1期生が、周囲は空き地ばかりで住宅もまばらな当時の新センターで、新進の鋭気みなぎる職員・先生方と学生実習や新入医局員研修を行った話を聞いておりました。開設初年度は年間で胃がん検診4,323名、婦人科検診6,569名、乳房検診2,604名、肺がん検診405名の受診数で、受診率でいうと1%にも満たないものでしたが、各市町村や町内会の皆様などのご支援やご理解を得る中で徐々に旭川がん検診センターを認知していただけるようになりました。政府による健康増進政策の推進や、がん対策基本法の制定でさらに健康希求への機運も高まり、40周年を迎えた令和3年度は、旭川がん検

診センター関連では健診、検診、精密検査を合わせて49市町村、のべ16万5,000名以上の受診者様にご利用いただきました。

当初、胃・子宮・肺・大腸・乳がんの5大がん検診を主に行ってまいりましたが、がんも生活習慣病の一部であるという概念から、さらに基本健診、特定健診、職域健診へと範囲を広げ、現在に至っています。がん検診の受診率は国の目標で50%とされていますが、北海道は全都道府県の中でも低く平均して40%ほどで、特定健診の受診率も旭川市では30%ほどと目標に達しません。道民の皆様の健康を守るためには、さらに受診しやすい環境づくりや普及啓発に取り組んでいきたいと思っております。

2019年に始まり、現在も収束の兆しの見えないコロナ禍のなか、本来であれば皆様への感謝と私どもの今後への決意をお示しすべくいろいろな記念行事を計画しておりましたが、変更を余儀なくされてしまいました。

毎年行っているがん予防学級では、令和3年9月6日40周年記念として北海道対がん協会会長瀬 清会長による講演『がんを知るーがん征圧を目指して』を予定しておりましたが延期となり、現在日程を再調整中です。

コロナ禍で不要不急の外出を避ける要請がなされたなか、がん検診は該当しないにもかかわらず誤解を受けて受診者が大幅に減少し、日本対がん協会関連だけでも約8,000例のがん発見が遅れたとのセンセーショナルな報告もあったばかりです。これからは少なくともしばらくの間ウイズコロナとしての社会生活を覚悟しなければなりません。感染対策は充分に取って、しっかりとした精度管理も行っております。

健康診断、各がん検診の方法や指針も時代に即して改定、また進歩していきませんが、北海道対がん協会の基本理念に「がん及び生活習慣病等の予防、治療及び研究の事業を通じて疾病の予防と健康寿命の延伸に寄与し、地域社会の健全な発展に貢献します。」とあります通り、初心を忘れずに職員一丸となって精進、努力してまいりたいと思います。皆様お一人お一人の健やかな毎日を守るためにも、定期的な健診、がん検診をお続けいただきますよう、これからもどうぞよろしくお願いいたします。

# 公益財団法人 北海道対がん協会 「がん予防功労者表彰」

がんに関する正しい知識の普及啓発やがん検診の推進に功績のあった団体・個人に「がん予防功労者表彰」の表彰を行いました。表彰を受賞された方々は以下のとおりです。

なお、令和3年10月15日に北見市で開催を予定しておりました「第52回がん予防道民大会」が新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中止となったため、本年度は個別に表彰状と記念品を授与させていただきました。

## がん予防功労者表彰

・赤平市様

日時：令和3年10月25日（月）



赤平市長  
嶋山 渉氏

北海道対がん協会専務理事  
白川 賢一

・遠軽町様

日時：令和3年10月27日（水）



遠軽町長  
佐々木 修一氏

北海道対がん協会専務理事  
白川 賢一

・佐藤 理香子 様

日時：令和3年10月26日（火）



北海道対がん協会専務理事  
白川 賢一

佐藤 理香子 氏

## 業績

- がんの正しい知識の普及啓発に積極的に対応するとともに、受診者数の拡大に努力されています。
- 計画検診・未受診者対策やがん予防・生活習慣病予防のため、食生活の改善に取り組むなど、地域の保健福祉向上に成果を上げています。

# 令和3年度 がん及び生活習慣病対策推進会議を開催しました

- 日 時** 令和3年10月18日（月）13：00～16：00
- 開催方法** オンライン開催（Zoom）
- 1 北海道からの報告
    - ・北海道におけるがんと生活習慣病の状況等について
  - 2 特別講演  
「コロナ禍での肺がんについて」  
KKR札幌医療センター 病院長 磯部 宏 氏
  - 3 北海道対がん協会からの報告
    - ・令和4年度検（健）診の実施計画について
    - ・がん検診の精度管理について
    - ・令和4年度検（健）診料金の改定について



KKR札幌医療センター 病院長 磯部 宏 氏

がん及び生活習慣病対策推進会議は、次年度の検（健）診事業を円滑かつ効率的に推進するため、北海道と共催で、保健所・市町村・事業所関係者を対象に札幌、旭川、釧路、帯広の4地域で毎年開催しておりましたが、令和2年度は新型コロナウイルス感染症拡大により中止し、報告資料等を配布しました。令和3年度は新型コロナウイルス感染症が収束していないことから、オンラインにより4地域（札幌、旭川、釧路、帯広）合同で開催し、初めての試みながら75団体のご参加をいただきました。

北海道からは、道内のがんと生活習慣病の状況等についての報告がありました。

がん検診については、がん検診の受診率向上のために引き続き受診勧奨をすすめること、さらに新型コロナウイルス感染症の影響による検診控えに対しては、がん検診を定期的に受診することの重要性と検診現場での感染予防の取組を併せて周知するよう配慮を求めました。

また、がん検診の精度管理については、チェックリストを遵守することで、質の高い水準を保つことができ、地域住民のがん死亡率の減少につながるため、より一層の遵守に向けての取組を求めました。

続いて行われた特別講演では、KKR札幌医療センター病院長の磯部宏先生から「コロナ禍での肺がんについて」と題して、新型コロナウイルス感染症の診療、肺がんの予防及び治療についてご講演いただきました。

新型コロナウイルス感染症の診療については、来院者への体調確認方法や院内のゾーニングなど感染症対策の実情や、第一波から第二波時に発熱患者の対応としてCT検査をした結果、肺がんや肺がん疑いが発見された事例等を紹介していただきました。

肺がんの予防については、一次予防として禁煙対策を取り上げ、喫煙は肺がんだけでなく様々な部位のがんや疾病のリスクを高めることが証明されており健康増進のために禁煙対策は重要であること、二次予防としては検診を取り上げ、肺がんは無症状のときに検診で発見し治療することが重要であり、CT検診と喀痰検査をあわせた検診の肺がん発見率、特にI期肺がん発見率が高いことを説明いただきました。また、早期発見早期治療のためには、精密検査対象者のフォローアップが重要であり、市町村担当者の協力が不可欠であるとお話いただきました。

最後に北海道対がん協会から、令和4年度検（健）診の実施計画について、がん検診の精度管理について、令和4年度検（健）診料金の改定についての報告を行いました。

がん検診の精度管理では、令和2年度北海道対がん協会の各がんのプロセス指標値を示し、精度の高い検診を実施したことを報告しました。

令和2年度北海道対がん協会各がんのプロセス指標値 (%)

科 目	区分	要精検率	精検受診率	陽性反応適中度	がん発見率
胃がん (XP) 協会受診者 67,633人	協会実績	3.9	84.0	3.1	0.12
	国の指標	11.0以下	70.0	1.0以上	0.11以上
肺がん (XP) 協会受診者 77,320人	協会実績	1.5	87.0	5.6	0.08
	国の指標	3.0以下	70.0	1.3以上	0.03以上
子宮頸がん 協会受診者 48,839人	協会実績	1.3	91.0	7.8	0.07
	国の指標	1.4以下	70.0	4.0以上	0.05以上
乳がん 協会受診者 54,690人	協会実績	2.4	95.0	18.3	0.45
	国の指標	11.0以下	80.0	2.5以上	0.23以上
大腸がん 協会受診者 99,276人	協会実績	8.0	77.0	3.2	0.25
	国の指標	7.0以下	70.0	1.9以上	0.13以上



# がん予防パネル展

例年9月、がんとその予防についての正しい知識や早期発見・早期治療に係る普及啓発活動を行うため、北海道庁ロビー1階において、「がん予防パネル展」を開催しております。

がん検診は、コロナ禍における不要不急の外出にはあたりませんが、がん検診受診率は低下していることから、例年実施している北海道庁1階での開催に加え、イオン余市店、イオンモール苫小牧においても開催いたしました。

- ・イオン余市店 1階 総合催事場前  
(共催：北海道、北海道対がん協会)  
日程：10月16日(土)～10月29日(金)

※2週間展示を行い、1週目と2週目のパネル内容を一部変更しました。

- ・イオンモール苫小牧 1階 セントラルコート  
(共催：北海道、北海道対がん協会、苫小牧市)  
日程：11月1日(月)～11月2日(火)

- ・北海道庁 1階 ロビー  
(共催：北海道、北海道対がん協会)  
日程：12月7日(火)～12月8日(水)



## 令和3年度 リボンの願い事業



北海道対がん協会は、2010年に、北海道コカ・コーラボトリング株式会社と「ピンクリボン運動の推進に関する協定」を締結し、「ピンクリボン活動支援自動販売機」設置先様のご協力のもと、売上金の一部を北海道対がん協会へ寄付していただく仕組みを作っています。協定の締結

から11年が経ち、支援自販機は全道に約140台、2020年度までの累計寄付金額は18,719,728円となりました。

この寄付金を活用した事業として、2016年度から「コカ・コーラ工場見学×乳がん検診バスツアー」を、2020年度からは、「乳がん検診無料クーポン券 コカ・コーラグッズプレゼント」を企画し、何れも好評を得ています。両事業とも、満40歳以上で、乳がん検診を受けたことのない方、もしくは、前回受診から3年以上乳がん検診を受けていない方を対象とし、今後の継続的な乳がん検診受診のきっかけにさせていただこうというものです。

今年度のアンケートでは、「検診を受けた方が良いと思いつつ、先のばしになっていた。受けるきっかけになった。」「コロナで外出を控えたりしていたが、これをきっかけに検診に行こうと思えた。」等の感想をいただきました。乳がんは、全国・全道共に、女性が罹るがんの中で最も多く、日本人女性の9人に1人が罹ると言われています。



国の指針では、40歳以上の女性に2年に1回、マンモグラフィ検査を受けることが推奨されています。新型コロナウイルス感染症の影響で、がん検診の受診者数が減少することで、早期の段階で発見されるがんが減少しています。検診は不要不急の外出ではありません。今後も「リボンの願い事業」を通じて、全道の皆様が乳がんに関心をもち、乳がん検診を定期的に受診していただけるよう、普及啓発活動を進めて参りますので、ご協力よろしくお願いたします。

# 北海道がん対策基金寄付金感謝状贈呈式

北海道がん対策基金は、企業、団体、個人からのご寄付を財源として、道内のがんの正しい知識、予防等に関する普及啓発活動を行う団体の事業に対し助成を行っており、北海道対がん協会は、その事務局を担当しております。

令和3年9月から11月にかけて、第一生命保険株式会社札幌総合支社様、アフラックアソシエーツ会北海道ブロック様、第一生命保険株式会社北海道営業局様から、ご寄付をいただき、北海道対がん協会において感謝状贈呈式を開催いたしました。

- ・ 第一生命保険株式会社 札幌総合支社 様  
日時：令和3年9月10日(金)



左：吉川札幌総合支社長 右：白川専務理事

- ・ アフラックアソシエーツ会 北海道ブロック 様  
日時：令和3年11月4日(木)



左：小松代表 右：長瀬会長

- ・ 第一生命保険株式会社 北海道営業局 様  
日時：令和3年11月5日(金)



左：下川常務執行役員北海道営業局長  
右：長瀬会長



助かる命助ける絆  
北海道がん対策基金

北海道がん対策基金  
キャッチフレーズ

# 旬の食事

～旬の魚をとり入れてみましょう～

管理栄養士 浅川 聡子

寒い季節になると温かい料理を食べることが多くなりますが、冬の鍋料理に欠かせない魚にたらがあります。たら（鱈）は魚へんに雪と書き、たらの身はその名の通り雪のように白いことが特徴です。冷たい水温を好むため北海道や東北地方の近海に生息していますが全国各地で食べられています。

## ～冬が旬の魚～

ぶり・ひらめ・ししゃも・わかさぎ・たら等

### たらのきのこあんかけ

#### 材料（2人前）

たら……………2切れ  
塩……………少々  
こしょう……………少々  
片栗粉……………大さじ1  
オリーブ油……………大さじ1



だし汁……………100ml  
片栗粉……………小さじ1

A	醤油……………小さじ2	B	しめじ……………50g
	酒……………大さじ1		舞茸……………30g
	みりん……………小さじ1		えのき茸……………20g
	ゆず果汁……………小さじ1		ゆず果皮……………5g

#### 作り方

- ① たらは食べやすい大きさ（2～3等分）に切り、塩こしょうをふり少し時間をおく。
- ② しめじ・舞茸・えのき茸は食べやすい大きさに切る。ゆず果皮は千切りにし一部は飾り用にとっておく。
- ③ ①のたらの余分な水分をふきとり、片栗粉をまぶす。
- ④ フライパンにオリーブ油をいれ中火で熱する。
- ⑤ あたまった④に③のたらをいれ3～4分かけて両面を焼き、全体に火が通ったら器に盛る。
- ⑥ 鍋にだし汁を入れAを入れあたためる。
- ⑦ ⑥にBを入れきのこがしんなりとしてきたら、水溶き片栗粉を入れとろみをつける。
- ⑧ ⑤のたらの上に⑦をかけ盛り、ゆず果皮を飾る。

#### 【たらの種類】

日本近海では、まだら、すけとうだら、こまいが生息しています。

一般にたらというときまだらのことを指します。大きいものは1m以上にもなり、体にまだら模様があるためまだらと呼ばれるようになったともいわれています。まだらの白子は北海道では、まだちと呼ばれ食べられています。

一方、すけとうだらは主に加工して使われます。身は練り製品の原料にされ、卵はたらこや辛子明太子等に加工されています。

#### 【たらを使った郷土料理】

じゃっば汁：たらのあらと野菜をだし汁で煮込み味噌等で味付けした料理で、肝臓や白子をいれることもあります。

たらの子付け：身を昆布締めにしてそぎ切りにし、炒って煮た真だらの卵をまぶした刺身です。

いもぼう：棒だらと海老芋をだし汁と醤油、砂糖で炊き合わせた料理です。

たらおさの煮付け：たらおさ（鱈胃）は、たらのえらと胃を干したものです。水で戻し醤油、砂糖等で甘辛く煮付けた料理です。



「鰯腹(たらふく)」という言葉がありますが、辞書では「たくさん飲み食いするさま」「腹いっぱい」とあります。漢字は「鰯腹」と書くため語源も関連がありそうですが、たらは大変な大食漢で腹部が膨れあがっていることからきた当て字になります。「鰯腹(たらふく)」という言葉の語源は「足る」や「足りる」の十分になるという意味の動詞「足らふ」に副詞語尾の「く」がついたとされています。

## 普及啓発教材の貸し出しについて

北海道対がん協会では、検(健)診時や各種イベントの際に活用できる、がん・がん検診の普及啓発パネルや模型等の貸し出しを行っています。

パネルについては、5つのがん（胃・肺・大腸・乳房・子宮）やがん検診の解説を、模型については、乳房自己触診の参考になる「乳がん触知モデル」や「乳房疾患模型」、禁煙教育に活用できる「肺がん模型」「喫煙タール模型」、その他、結腸や直腸の疾患が学べる「腸疾患模型」をご用意しております。

市町村の検(健)診の際に会場に設置していただいたり、団体が主催する健康に関するイベントで活用していただいておりますので、ご希望の際は、お問い合わせください（経営管理部企画課 011-748-5518）。

【肺がん模型】	【喫煙タール模型】	【乳房疾患模型】	【腸疾患模型】
			