



けんこう 処方箋

北海道対がん協会長 加藤 元嗣



がん予防 若者へ三つの提言

今年も「がん予防道民大会」が開催されました。1965（昭和40）年から始まり54回目となります。今年は10月25日に伊達市に多くの方が集まり、オンラインでの参加もありました。

私は「がん予防は若い世代から」と考えています。がん予防の正しい知識と、がん検診の重要性の普及啓発は若いうちに始めるべきです。そのため大会には15年前から一般の方だけでなく、高校生も招いています。今年は堀井敬太・伊達市長、市教育委員会の協力で、中学生の参加が初めて実現。伊達開来高校、伊達中学校、光陵中学校の700人の生徒たちがリアル参加してくれました。

アイドルグループSKE48の元チームSリーダーだった矢方美紀さんの健康講話「乳がんになっても前を向いて」は感動でした。矢方さんご自身、6年前、25歳でステージⅡBの乳がんが見つかり、左乳房全摘出・リンパ節切除の手術を受けました。自身の体を知る重要性、がんになっても夢をあきらめないで前向きに生きる大切さを語って下さいました。私も特別講演の時間をいただき、中学生、高校生が今すべきがんの一次予防について強調しました。禁煙、ピロリ検診、ヒトパピローマウイルス（HPV）ワクチンの接種の三つです。

女性の喫煙率は北海道が全国ワーストワンです。喫煙は肺がんだけでなく、膀胱・食道・咽頭・喉頭・膵がんのリスクを上昇させます。たばこには、ほかの健康被害も多く、受動喫煙の危険も知られています。喫煙者の肺がんリスクを半分にするには10年以上の禁煙が必要です。20歳になっても決してたばこを吸わないことを諭しました。また伊達市では制度導入済みですが、胃がん予防の中学2年

イラスト・佐藤博美

生へのピロリ検診も大切です。検診を受け、陽性者は除菌すること。若年者でのピロリ除菌は自分だけではなく、自分の子供の胃がん予防にもなります。

世界保健機関（WHO）は、HPVワクチン接種と子宮がん検診で子宮頸がんを撲滅する目標を掲げています。日本で認可された9価ワクチンで子宮頸がんを90%予防できますが、わが国のHPVワクチン接種率は国際的に最低水準です。背景には、副反応に対する不勉強なマスコミ報道によって、接種勧奨の差し控えが起きたことがあります。再開後も接種率は思うようにアップしていません。小学6年～高校1年は定期接種、1997～2007年度生まれはキャッチアップ接種を受けることを忘れないで下さい。

来年のがん予防道民大会は10月23日に千歳市で開催されます。機会があれば、ぜひ参加して下さい。