

ともしび



第153号

2021年7月1日

題字は(故)黒川利雄博士

当協会の 特色

- 高い精密検査受診率と高い早期がん発見率
- 専門医療機関紹介
- 高い信頼性に基づく精度管理
- 一貫したデータ管理

早期発見
早期治療

グー子ちゃん



がん検診は
定期的!

がん助くん

がん征圧イメージキャラクター



気仙沼湾横断橋:愛称「かなえおおはし」

気仙沼湾の別名である「鼎が浦」にちなみ、また、夢や希望を「かなえる」という意味も込められています

目次

細胞診センター所長就任挨拶	2
がん登録情報の活用支援	4
大腸内視鏡検査(CFP)	6
黒川利雄がん研究基金	7
2020年度がん教育事業	8
宮城県がん総合支援センターのご案内	9
検診(健診)のススメ	10
New!ドック推進課	11
実楽来講座、2021年度がん征圧スローガン	12
新企画 温故知新 ともしびの歴史を振り返る	13
健康コラム	14
ご寄付をいただいた方々、継続寄付のお願い	16

細胞診センター 所長就任のご挨拶

公益財団法人 宮城県対がん協会
細胞診センター

所長 伊藤 潔



2021年4月より、宮城県対がん協会細胞診センター所長に就任することになりました。どうぞ、よろしくお願い申し上げます。私はこれまで、東北大学災害科学国際研究所（略称:災害研）災害医学研究部門および大学院医学系研究科の災害産婦人科学分野の教授を務めており、今回より対がん協会での活動もさせていただくこととなりました。

以前にも、2001年から10年間、細胞診センター所長を兼任させていただき、今回は10年ぶりの復帰となります。2011年3月11日の東日本大震災を経て2012年に災害研が発足し、それに伴い、災害研に籍を置くようになってからも、対がん協会と共同で、検診事業に関わる様々な活動に携わらせていただきました。

災害とがん検診というと、あまり関連がないような気がしますが、決してそうではありません。東日本大震災から得られた教訓をいくつかあげます。

1) 震災後、警察からの要請により、宮城県対がん協会からがん検診の婦人科細胞診標本を提供し、そこからDNA検査を行い、それが身元不明者の方の身元確定に貢献した場合があります。このことは朝日新聞など複数の報道で取り上げられました。今後、同様の災害が起こった時、身元不明の方の身元判明の上で、細胞診標本は、貴重なツールとなる可能性があると思います。

2) 震災後、女性にどのような体調変化があったかを、婦人科がん検診問診表などのデータから解析しました。その結果、被災地域では、閉経後の女性において、震災前に比較して、不正出血などを訴える割合が高かったことが判明しました（第3回国連防災世界会議パブリックフォーラム「震災時のがん医療」2015）。

3) 宮城県の子宮がん検診の受診率を対象とした研究では、被災直後、がん検診の受診率が著しく低下し、その後5年を経過してもその受診率が回復しない地域が津波被災地を中心に認められました。これによって被災地域住民の健康管理の復興に地域格差があることを明らかにし、問題提起してきました（Miki Y, Ito K, et al. PLOS ONE 2020）。この取り組みは広く国内外のメディアで注目されています（日本経済新聞、The ASCO Post 他）。被災地域の女性の長期的な健康管理を妨げる要因はどこにあるのか？この原因究明のため、対がん協会との連携研究をすすめています。

がん検診事業を巡る環境は近年、大きく変化しています。質の高い検診が国からも求められるようになり、これまで指針が示されなかった職域検診に関しても、厚生労働省から「職域におけるがん検診に関するマニュアル」が2018年に公開され、職域検診での精度管理の推進が図られつつあります。

一方、「大災害」というべき2020年初めから続く新型コロナウイルス感染拡大は、がん検診にも大きな影響を及ぼしています。日本対がん協会によれば、2020年のがん検診受診者数は前年に比較して約30%も減少しており、未発見のがんが近い将来、進行がんとなって発見する事態が危惧されています（対がん協会報第700号2021年4月1日）。その中であって、宮城県対がん協会でのがん検診受診者数は、前年比90%台で持ちこたえています。このことは、検診時の感染防止マニュアルの策定など「コロナ下での検診」実施に向けた、関係者の方々のご尽力はもちろんのこと、震災時に機材・人手を含め大幅な検診制約となった状況下での「非常時での検診」対応の経験が生かされているのだと思います。

ニューノーマルという言葉が最近使われていますが、感染対策を含め、新しい状況下での質の高いがん検診はどうあるべきか、その一方で、AIを含めた最新の技術をがん検診での早期発見にどう役立てていくか、新センターの建設も見据えながら、今後、皆様と一緒に考えていければと思います。どうぞ、ご指導・ご鞭撻、よろしくお願いいたします。

市町村のがん登録情報の活用を支援します (モデル事業のご案内)

全国がん登録が開始され、市町村においても、いよいよがん登録情報を活用したがん対策を推進することが可能となりました。しかし、がん登録情報の活用のためには、いくつかの困難を伴います。そこで、宮城県立がんセンターでは、市町村によるがん登録情報の活用を支援するため、新たにモデル事業を開始しました。

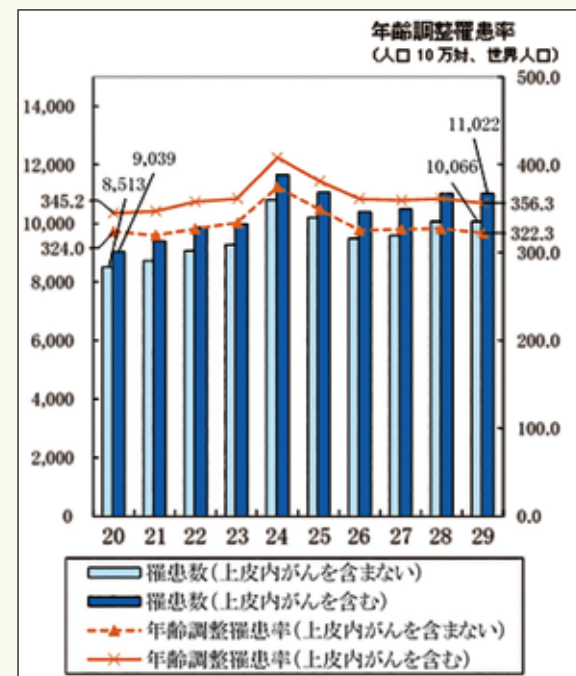
がん登録情報の利用が可能に

がん対策を効果的に進める上で、どれくらいの方がどんながんに罹ったのかを把握することは、大変重要なことです。がん登録等の推進に関する法律(2013年法律第111号、以下「法」)が施行されたことに伴い、法第19条の規定に基づき、市町村はがん登録情報を利用することが出来るようになりました。また、法第46条第4項では、市町村は、がん登録情報を活用して、がん検診の質の向上、その他のがん対策の充実に努めるものとされており、がん登録情報の活用が期待されています。

がん登録情報の活用で実現できること

ひとつは、市町村におけるがんの実態の把握です。これは、データセットから集計表やグラフを作成することにより可能となります。これまでは、図1にお示しするように宮城県全体での集計結果しか見ることが出来ませんでした。これからは、各自治体の集計結果を得ることが出来ます。毎年、集計結果を得ることで、がん対策が効果として現れているのかどうかを確認することにも役立ちます。

【図1】 宮城県のがんの罹患数と罹患率(男性)



*年齢調整罹患率の算出には、別途、年齢階級別罹患数が必要です。

宮城県立がんセンター研究所
がん疫学・予防研究部 部長
宮城県立がんセンター 宮城県がん登録室長

金村 政輝



さらに、どの年代にどのようながんが多いのかなど、各市町村で関心があることについて、詳しく調べることも可能になります。例えば、そこから得られた情報をがん検診の案内に掲載することで、受診率の向上に役立てる、といった使い方も可能になります。

がん検診の受診率向上

現在、がん検診の受診率の向上が全国的な課題となっています。新型コロナウイルス感染症の流行により、検診の受診者数が減少しており、がんの診断や治療の遅れが懸念されています。これまでは、がんに関する身近な情報がなかったために、一般的な情報を使って呼びかけるしか方法がなかったものと思います。

しかし、これからは違います。ご自身がお住まいの市町村でどれくらいの年代の方にどんながんが多いのか、あるいは、実際に検診を受けることでどれくらい早期に見つかるのかなど、自分達に身近な情報を伝えることが可能になります。このことによって、がん検診の必要性や重要性を理解し、受診を促すことが期待されます。

がん検診の精度管理

もうひとつ大きな活用の方法は、がん検診の精度管理です。がん検診は、早期にがんを発見し、がんによる死亡を減らすことを目標としています。しかし、精度の悪い検診では、その目標を達成することが出来ません。検診でがんと診断されなかったものの、本当はがんであった場合、偽陰性といい、その割合を偽陰性率といいます。偽陰性率が低いほど精度の高い検診となります。

この偽陰性率は、がん登録情報を利用し、検診受診者名簿と照合することで計算することが出来ます。この結果を検診実施機関にフィードバックすることで、がん検診の精度の向上につながります。

がん登録情報を利用する上での課題

がん登録情報を利用するためには、県の審議会の承認を得る必要があります。そのための申請書類は多岐にわたり、窓口と何度かやり取りをすることが必要です。

次に、データの管理の問題があります。がん登録情報は個人の病気に関する情報ですので、適切に情報を管理する必要があります。国が求める安全管理措置の基準は厳しく、通常の役所・役場のようなオープンなオフィスでの利用は困難です。

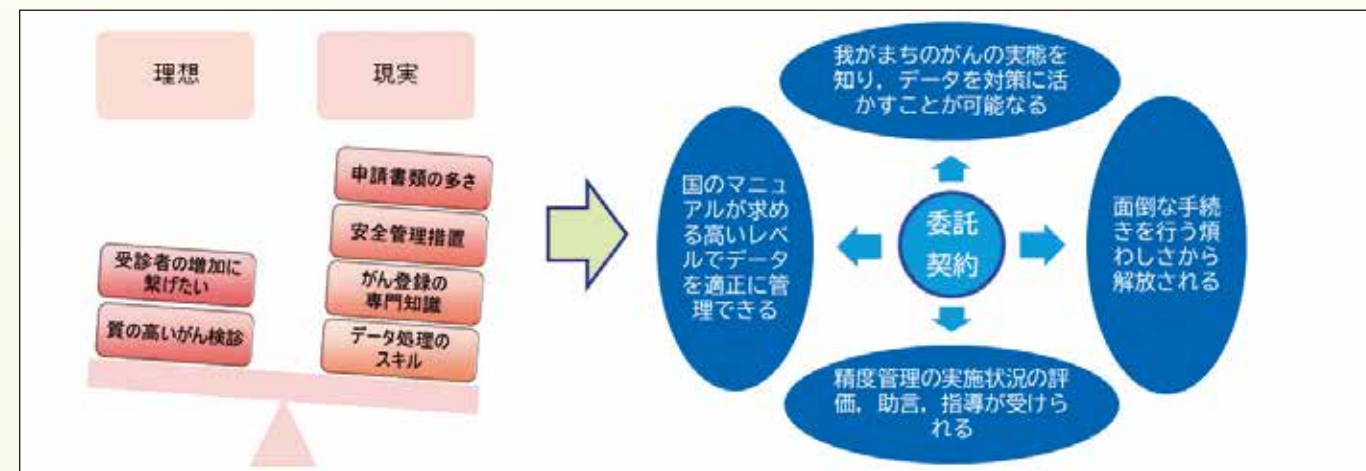
最後に、がん登録の専門的知識とデータの集計・分析のスキルの問題があります。提供されるデータは、データセット、または、検診受診者名簿との照合結果です。データの集計・分析は市町村が自ら行うことになります。しか

し、がん登録のデータは、専門的な知識を必要とする項目もあり、さらに、自ら集計・分析するとなると、データ処理のスキルも必要です。

活用支援事業(モデル事業)

以上のような課題を解決すべく、宮城県立がんセンターでは、市町村の活用支援を目的とした事業を開始しました。これまでがん登録業務で培ったがん登録に関する知識、研究所がもつデータの集計・分析のスキル、さらに、がん検診やがん対策に関する専門的な知見やネットワークを最大限に活用し、申請の手続きはもとより、市町村のニーズに合わせ、がん登録情報の活用をサポートします(図2,3)。

【図2】



【図3】

—— 活用支援業の主な内容 ——

☑ 利用申請手続き・データの適正管理

宮城県立がんセンターが申請手続きを行い、国のマニュアルが求める高いレベルでデータを適正に管理します。これにより、市町村のご担当者は面倒な手続きを行う煩わしさから解放され、円滑に活用に入れます。

☑ データの集計・分析

市町村版リーフレットを作成します。我がまちのがんの実態を知り、データを対策に活かすことが可能になります。リクエストに応じた集計・分析が可能です。がん登録特有のルールに精通したスタッフが集計・分析を行います。

☑ がん検診の精度管理の支援

がん検診では、「見落とし」が重大な問題となります。がん登録情報を活用することで、これまでできなかった偽陰性率、感度、特異度などの精度指標による評価が可能となります。また、結果を検診の現場にフィードバックすることも重要です。検診の受託者に診断委員会や精度管理委員会を設置し、フィードバックが適切に行われるよう精度管理の実施状況の評価、助言、指導を行います。

大腸内視鏡検査において 微小ポリープの切除 (コールドフォーセプスポリペクトミー) を開始しました

はじめに

一般的な大腸がん検診は、一次検診としてまず受診者にとって負担が少ない「便潜血検査」を行います。そこで陽性となった際には、「大腸内視鏡検査」が行われます。これらを実施することによる大腸がんの死亡率減少効果が証明されており、大腸がん検診は「科学的な根拠」があるがん検診として、多くの方に受けていただくメリットがあるものと考えられております。

今回は、大腸がん検診における当協会の試みの一つとして、がん・生活習慣病健診の受診者などを対象に、内視鏡検査時に小さなポリープを発見した際、その場で切除する治療(コールドフォーセプスポリペクトミー:以下CFP)を開始いたしましたので、ご紹介させていただきます。

大腸にあるポリープを切除する必要があるのか

大腸内視鏡検査では、がん以外にも「良性が疑われるようなポリープ」を認めることが多々あります。このようなポリープでも、大きくなるとがんとなる可能性が高まるため、5mmを超える大きさのポリープを見つけた場合、積極的に切除を行います(当協会においては治療可能な病院への紹介となります)。

一方、5mm未満ポリープの多くは必ずしも切除を必要としませんが、経過を観ていく必要があります。ただし、実際のところ、繰り返し何度も内視鏡検査を行うことは受診者にとって負担となりますし、すべての方が経過を見るための内視鏡検査を受けるとは限りません。ですので近年、小さなポリープも含めたすべてのポリープを切除するべきといった考え方が出てきております。

これらを鑑み当協会では、大腸がんの予防や経過観察期間の延長を目的とし、内視鏡検査時に5mm未満ポリープが発見された際には、その場で切除する治療(CFP)を行うことにいたしました。

コールドフォーセプスポリペクトミー(CFP)とはどのような治療法なのか

当協会では、5mm未満の腺腫性ポリープ(前がん病変とも言われるポリープ)が見つかった際は、組織検査で用いる鉗子と比べやや大きめの鉗子(ジャンボ鉗子)を用い、病変を切除する、「CFP」という治療法を行っております(図1)。通常、大腸ポリープには、スネア(金属の輪)で病変を縛り、通電して切除する治療法(hot polypectomyやEMR)が行われていましたが、これらの治療法と比較し、CFPは簡便であり、切除したポリープの回収を確実に行うことが可能となります。また処置に伴う偶発症に、出血や穿孔(腸に穴があく)が挙げられますが、その出血の頻度は0~0.2%とされ、穿孔の報告はなく、CFPは極めて安全性が高い治療法となります。

公益財団法人 宮城県対がん協会
がん検診センター

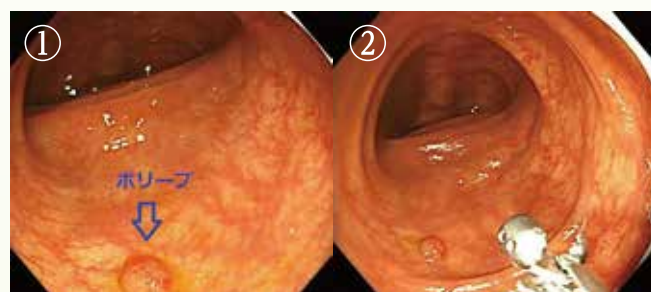
消化器担当医長 只野 敏浩



★CFP(治療)のポイント

- 1 大腸がんの予防につながる
- 2 簡便である(時間がかからない)
- 3 偶発症が少ない

★CFPによる実際の切除例(図1)



3-4mmのポリープを確認

ジャンボ鉗子を挿入



鉗子でポリープを把持し、切除
そのままポリープを回収

水で洗いながら、ポリープが
確実に切除されたか確認

問題点としては、腸に便が残っていると小さなポリープを見つけることは困難です。また偶発症は少ないですが、ゼロではありません。従って、便の処理が不十分な方や血液をサラサラにするお薬を内服中の方などは、施行医の判断で経過観察とする場合があります。

現時点でこの治療(CFP)は、がん・生活習慣病健診の受診者など一部の方を対象として行っておりますが、今後、多くの方に対応できるよう体制を整えていきたいと考えております。

おわりに

以上、簡単ですが大腸がん検診における当協会の試みを述べさせていただきました。

是非、大腸がん検診に興味を持っていただき、大腸がんによる死亡を防ぐために、積極的に大腸がん検診を受けていただければと思います。

黒川利雄がん研究基金



2021年度研究助成対象及び研究者決定

「黒川利雄がん研究基金」は、がんの予防及び早期発見・治療に関する開発等に携わる若手研究者に対し研究助成を行うことを目的に1989年に創設されたもので、今年で32回目となりました。今年1月から3月までの期間で全国に公募をしたところ、7件の応募があり、4月26日に「研究基金」の運営委員会を開催し申請者の研究内容を慎重に審議した結果、2021年度の研究者は下記の4名と決定いたしました。今年度の研究助成額は220万円で第1回から数えると130名の研究者に対して総額8,450万円の研究助成金を贈ったことになります。

研究助成金の贈呈式は、去る6月8日仙台市内の会場で行われ、当協会の下瀬川徹会長からの挨拶で始まり、運営委員会の正宗淳委員長から選考までの経過報告があり、加藤勝章がん検診センター所長から研究者を紹介いたしました。

続いて下瀬川徹会長より、研究者1人ひとりに研究助成証書と助成金が贈呈され、さらに黒川先生が座右の銘としていた「山上に山あり 山また山」を刻んだ石版が贈られ、最後に研究者を代表して水間正道先生より謝辞が述べられました。

2021年度『黒川利雄がん研究基金』研究助成対象及び研究者一覧 (申請順 敬称略)

	研究主題	氏名	所属	助成金
1	トリプルネガティブ乳癌におけるアンドロゲン受容体の役割について	江幡 明子 (45歳)	東北大学病院 総合外科	60万円
2	肺癌切除検体におけるLILRB4免疫チェックポイント関連分子ならびに血漿中B4関連miRNA発現の検討	熊田 早希子 (32歳)	東北大学加齢医学研究所 呼吸器外科学分野	60万円
3	膵癌における審査腹腔鏡検査の適応基準の確立	水間 正道 (47歳)	東北大学大学院医学系研究科 消化器外科学分野	50万円
4	Barrett食道腺癌の早期発見を目指した、病態と視認性に関する検討	齊藤 真弘 (39歳)	東北大学大学院医学系研究科 消化器病態学分野	50万円

※年齢、所属は2021年3月現在(申請時)



黒川記念室を見学する研究者



贈呈式会場での記念撮影
後列左より阿部事務局長、伊藤所長、正宗委員長、加藤所長、田勢先生
前列左より齊藤先生、水間先生、下瀬川会長、江幡先生、熊田先生

2020年度がん教育事業終了

2020年度も宮城県から委託され、出前授業及びがん予防講演会を実施いたしました。中学校の授業は当協会の保健師が講師を担当し、大学や専門学校等での講演は、おざわ女性総合クリニック院長の小澤信義先生と中川記念ちか子女性クリニック院長の岡村智佳子先生、東北大学病院婦人科助教の志賀尚美先生、仙台赤十字病院産婦人科部長の佐藤多代先生にお願いしました。

がん教育は、外部講師の活用もよいとされていますが、一方で教育指導の専門家ではないため、事前に学校側と学習指導上の留意点を共有することが必要になってきています。授業によって、児童・生徒のがんに対するイメージが前向きになることや、保護者や家族に話すことで検診受診率が向上し、家族の禁煙も進むことなど地道な活動により、少しでもがんで苦しむ人が減ることを期待するものです。

この機会に、多くの生徒に対してがんに関する正しい知識の普及啓発を行い、大学生等に対しては若年期女性の子宮頸がんの受診率向上に繋がるよう啓発活動に力を入れていきたいと思います。



仙台白百合女子大学（講師：志賀尚美先生）



東北文化学園大学（講師：岡村智佳子先生）



宮城県高等看護学校（講師：佐藤多代先生）

2020年度がん教育事業中学校開催一覧

学 校 名	実 施 日	曜 日	時 間	対象学年	生徒数
東松島市立鳴瀬未来中学校	11月 6 日	金	13:25～14:15	2学年	64
亘理町立荒浜中学校	11月11日	水	11:45～12:35	1～3学年	61
仙台市立仙台青陵中等教育学校	12月 3 日	木	15:00～15:45	2学年	137
七ヶ宿町立七ヶ宿中学校	12月14日	月	13:25～14:15	1～3学年	20
色麻町立色麻中学校	12月15日	火	14:25～15:15	3学年	74
仙台市立松陵中学校	12月16日	水	14:30～15:20	1学年	45
気仙沼市立面瀬中学校	12月22日	火	14:15～15:05	3学年	52
合 計					453

2020年度がん教育事業大学・専門学校開催一覧

学 校 名	講 師		実 施 日	曜 日	時 間	対 象	聴講数
東北福祉大学 (オンライン)	おざわ女性総合 クリニック院長	小澤 信義	10月29日	木	16:00～17:00	医療経営管理学科 2年生(ゼミ規模)	29
仙台白百合女子大学	東北大学病院 婦人科助教	志賀 尚美	11月17日	火	16:20～17:50	人間健康学部全学科 全学年(ゼミ規模)	28
東北文化学園大学	中川記念ちか子 女性クリニック院長	岡村 智佳子	11月18日	水	15:00～16:40	看護学科 1年生	81
東北文化学園大学	中川記念ちか子 女性クリニック院長	岡村 智佳子	2 月24日	水	15:00～16:40	保健師課程 3年生	20
宮城県高等看護学校	仙台赤十字病院 産婦人科部長	佐藤 多代	3 月15日	月	14:50～16:20	看護学科 1年生	31
合 計							189



色麻中学校（当協会保健師）



東北福祉大学（講師：小澤信義先生）



みやぎの

～宮城県がん総合支援センターのご案内～

がんなんでも相談

がんに関する様々な相談に専門の相談員（保健師）が応じます

ひとりで悩まず、お話ししてみませんか？

ご本人、ご家族、どなたでも ご相談ください

宮城県がん総合支援センターとは

- がんに関する心配や悩みがある時、不安な時など、どなたでもご利用いただける**無料の相談窓口**です
- 相談窓口以外にも患者会の支援やがんピアサポーターの養成研修を行っています

*宮城県がん総合支援センターは宮城県から委託を受けて宮城県対がん協会内に設置しています

例えば、こんな時にご利用ください

- ・病気のことを考えると気持ちが沈む、誰かに話を聞いてほしい
- ・仕事と治療の両立について、どうしたら良いかわからない
- ・病気や治療のことについて情報がほしい
- ・緩和ケアについて知りたい
- ・医療費はどれくらいかかるのか？何か使える制度はあるの？
- ・どの治療法を選べばいいのかわからない
- ・家族ががんと言われたが、どう接すればいいのかわからない

宮城県
がん総合支援
センターです



《が ん 相 談》

相談方法 電話、面談（要予約）、メール、手紙、FAX

TEL 022-263-1560 **FAX** 022-263-1548

メー ル zaitaku-gan@miyagi-taigan.or.jp
(ホームページの相談フォームをご利用ください)

相談受付 月曜日～金曜日(祝日・休日、年末年始は除く)
午前9時～午後4時まで

費 用 相談にかかる費用は**無料**です
(通話料は相談者の負担となります)

設置場所 〒980-0011
宮城県仙台市青葉区上杉5-7-30
宮城県対がん協会内

NEW!
ポスター完成

※必要な場合は適切な窓口を紹介します
※症状や病気に関する診断や治療について判断することはできません
※個人情報厳守します



情報は“力”

あなたの療養生活を左右することがあります！

当センターはがん患者さんやご家族に役立つ情報をお伝えします

ご連絡をお待ちしております

相談員 針生 一恵
後藤 百合子

<http://miyagi-gansupport.com/>

宮城県がん総合支援センター

検索



コロナ禍だから
皆さん控えて
いませんか？

- ☒ **がん検診や健康診断**
- ☒ **かかりつけ医の定期受診**

コロナ禍だから人が多く集まる検診(健診)会場や医療機関に行くのは抵抗がある、と思われている方も多いのではないのでしょうか。がんや生活習慣病の早期発見には定期的な検診(健診)と適切な医療機関の受診が大切です。

実際に日本対がん協会が行った調査によると、2020年度の全国のがん検診受診率は前年度と比較して約30.5%減少し、がん検診の受診を控える方が増加したということが明らかになりました。そのため、気づかない間にがんが進行し、将来発見された時には転移等により、治療の選択肢が狭まったり、手遅れになるケースが増えるおそれがあります。

健康が気になる今だからこそ、がん検診や健康診断は予定通りに受け、精密検査や治療が必要な結果が出た場合は必ず受診しましょう。



検診(健診)会場や医療機関では 換気や消毒等の感染防止対策が行われています

がん検診や健康診断は受付時間や受診者同士の間隔等に配慮しています。それぞれ受診する検診(健診)機関の注意事項を守って受診しましょう。

- ☒ 受診前に体温を測定する等、体調に問題がないことを確認しましょう。
発熱や体調がすぐれない時は日程を延期する等の対応を検討しましょう。
- ☒ 帰宅後は手洗い等の感染対策をしっかりとしましょう。
- ☒ 検診(健診)会場では適宜、アルコール消毒液等で手指消毒をしましょう。
- ☒ 検診(健診)会場でもマスクを着用しましょう。
- ☒ 待ち合いのスペースや順番で並ぶ時は他の人と間隔をとるようにしましょう。

宮城県対がん協会の職員も新型コロナウイルスワクチンの予防接種を受けました。

4月から6月にかけて当協会の職員も新型コロナウイルスワクチンの予防接種を受けました。検診会場と併せて職員の感染予防対策も徹底しているので、安心して検診においでください。



参考資料：厚生労働省ホームページ「健康や医療相談の情報」、日本対がん協会「対がん協会報第700号」

NEW! ドック推進課インタビュー



宮城県対がん協会では、十数年ぶりに人間ドックにかかわる事務部門が統合され、新たにドック推進課が創設されました。今回は、ドック推進課のみなさんにインタビューしていきたいと思います！



Q 新しく創設されたドック推進課ですが、一番のアピールポイントを教えてください

A メンバーは、使命感が強く丁寧に業務に向き合いながら日々の健診に対応しています。昨年度まで、複数の部署で横断的に業務を遂行していましたが、一つにまとまることにより連携が図りやすくなりました。事務室は小スペースで、他課よりも意思疎通が図りやすいレイアウトとなっています。

Q 日々の業務のなかで、心がけていることは何ですか？

A 新設された部署に配属され、昨年までの業務に加えて新たな業務を習得することになっていますが、課内での意思疎通を図り、特に以下の4つについて心掛けています。

①情報の収集と共有 ②効率的な業務の遂行 ③正確で迅速な対応 ④同じようなミスを繰り返さない

Q 新聞などのメディアによると、全国的にがん検診の受診数が減っていると報道されていますが、受診される方に一言お願いします

A 各種がん検診は、新型コロナウイルス感染症対策の基本対処方針に則り、感染拡大防止体制を講じながら実施していますので、定期的に受診して頂きたいと思います。特に昨年度受診を控えた方は、忘れずお受け頂ければと思います。



Q 最後に、今後の抱負をひとことお願いします！

A 今年度、当協会がん検診センターを利用して健康診断(人間ドック等)をお受け頂いた方が、今後も継続して受診し、ご自身の健康管理に役立てて頂けるような業務を行っていきたいと思っています。

ドック推進課は今後の健診においても、当協会の大きな柱となることが期待されています。
今後のドック推進課の活躍に目が離せませんね!ドック推進課の皆さん、ありがとうございました!





2021年度 みやぎ婦人会館主催 実楽来講座

5月20日(木)みやぎ婦人会館3階にて、当協会深尾彰研究局局長による「感染症の予防とがんの予防」をテーマに、実楽来講座が開催されました。

当日は検温・手指消毒や座席の間隔を空けるなど、感染症防止対策をしっかりと行い、約40名の方が参加しました。コロナ禍における感染症予防対策はもちろん大切ですが、がんの予防対策として定期的ながん検診の受診の必要性を述べられました。時間が経つのが早く感じられるほど興味深いお話に、参加した方々は熱心に耳を傾けられ、講演会は大いに盛り上がりしました。先生の講演を希望される場合は法人総務課へお問い合わせください。



2021年度「がん征圧スローガン」が決定しました!!

最優秀賞

コロナでも 変わらぬ習慣 がん検診

岩手県支部 及川 慶亮さん作

優秀賞

受けない理由 コロナにしないで がん検診

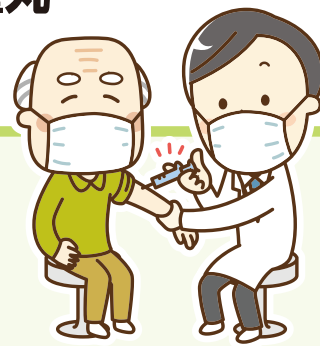
栃木県支部 高橋 英和さん作

密を避け マスク手洗い さあ検診

群馬県支部 山口 泰子さん作

がん検診 受けて笑顔の 二重丸

愛媛県支部 宮本 修治さん作



ともしび 温故知新 第一回

今回から不定期ではありますが、過去の「ともしび」掲載記事から選りすぐった記事を掲載し、しばし皆さんと時間の旅をしてみたいと思います。

さて、第1回は、新世紀に入った2000年度発行の110号に掲載した記事です。但し、振り返るのはもっと昔、1963年です。みなさんは、どんなことをして過ごされていましたか?まだ生まれていないという方もいらっしゃるかもしれません。

1963年は前回の東京オリンピックを翌年に控えた年であり、実はこの「ともしび」が創刊された年でした。折しも今年は東京オリンピック開催予

定ですが、残念ながら新型コロナウイルスの蔓延という難しい状況での開催予定となっています。

記事では当協会初代会長の黒川利雄先生が、機関紙創刊にあたって「ともしび」と名付けた想いを引用しています。「病める人々の心の中にも希望の灯をつけてさしあげたい」との一文は、がん征圧への想いでありながら、このコロナ禍に通ずる想いであると感じ、今回この記事を選びました。

いかがでしたでしょうか。今後も皆様の心に灯がともるような記事を発掘してまいります。読んでみたい年がありましたら、是非お知らせください。

ともしびの役割



1963年(昭和38年)に創刊され、広く一般に配布している機関紙の「ともしび」は、当協会発足の5年目に広報活動の一環として発刊され、それにあたり黒川利雄先生はこのように述べていました。

「人生における最も不幸な疾患に対して、治療や延命の希望をもちつづけたという念願から『ともしび』と名づけたのである。同時に大衆の一人ひとりに、また、病める人々の心の中にも希望の灯をつけてさしあげたいとのこころを現したつもりである。」

そもそも日本の検診事業は、1958年(昭和33年)、当時の東北大学長で当協会の初代会長であった黒川先生の、「患者を待つのではなく、こちらから出向いていけば、もっとたくさんの命を救うことができる。」という崇高な精神による、本願の胃がん検診から始まりました。

以来わが国における今日までのがん政策の経緯は、1962年に国立がんセンターを開設、1984年には、がんの本態を解明するための基礎研究の推進をもとにした、「対がん10ヵ年総合戦略」へと進み、1994年からは、「がんの克服」を目標にした、「がん克服新10ヵ年戦略」が推進されています。

また、1982年に、がんが国民の死亡順位第1位になった翌年、老人保健法が施行され、胃・乳・子宮・大腸・肺の5部位のがん検診に対して、国と自治体から補助金が交付されるようになりました。しかし、1998年にはその補助金(負担金)が一般財源化措置とされ、住民の健康づくりは各自自治体の方針が委ねられるようになりました。

これとは別に、政府は昨年「21世紀における国民健康づくり運動(健康日本21)」を発表しました。その目的は、21世紀の日本を、すべての国民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会とするため、壮年期死亡の減少、健康寿命の延伸及び生活の質の向上を実現することにあります。

現在、国民には「自らの健康は自分で守る」ことが求められるような時代になってきています。

今世紀前半の対がん活動を考えたとき、一次予防の推進を図る観点からの生活習慣の改善、また、検診による早期発見・早期治療を中心とした二次予防の果たす役割が、引き続き大半を占めるものと言わざるを得ません。

しかし、全国的な問題として、がん検診の受診者は顕著な傾向が見られ、近年の集団検診を取り巻く環境は厳しさを増していきつつあります。

がんは今なお日本人の最大の死亡原因であり、またそれを征圧することは全世界の願いといっても過言ではありません。

当協会としては、現在では全国的に普及しているがん集団検診の布石となり、普及啓発から事後管理にいたるまでの一貫した検診体制を持つ「宮城方式」の重要性・必要性を忘れることなく、またそれ自身が公的な使命をも持つことも職員全員が自覚し、21世紀という荒波に立ち向かっていかなければならないことを痛感しています。

そして、記念すべき新世紀初頭に「ともしび」を発行するにあたり、その果たすべき役割を忘れぬよう、今後も充実した紙面づくりに努力して参ります。

編集・発行/財団法人がん協会企画調整課 〒960-0011 仙台市青葉区上杉五丁目7-30 ☎ 022(263)1525 FAX 022(262)3775
ホームページアドレス: <http://www.miyagi-taigan.or.jp> Eメールアドレス: office@miyagi-taigan.or.jp

ともしび 2.21 33

野菜も食べよう! 減塩も実践しよう!

宮城県は2018年度のメタボリックシンドローム該当者・予備軍が全国ワースト2位となっています(厚生労働省「特定健診・特定保健指導に関するデータ」)。また高血圧の受療率や、脳血管疾患で死亡する割合が高いという状況です。その背景に食塩摂取量の多さや野菜摂取量の少なさがあげられます。食塩摂取量は宮城県で定めている目標値と比較して男女ともに約3g多く摂取しています。また、野菜の摂取量は目標値と比較して約100g不足しています。

野菜に多く含まれるカリウムは、余分なナトリウム(食塩)を体の外に排泄するのを手助けし、高血圧の予防になります。また、食後の血糖値上昇を抑える働きがあります。さらに多くの研究で野菜を多く食べる人は脳卒中や心臓病、がんにかかる確率が低いという結果が出ています。

皆さん、今よりも食塩摂取量を約3g減らし、そして野菜を今よりも100g多く食べて、健康的な毎を送りましょう!

◆野菜はどのくらい食べた方がいいの?

野菜は1日

350g 食べることが理想です。



1品の野菜料理は小鉢物で**50～100g**の野菜が摂れます。
350gの野菜を1回の食事で食べることは難しいので、
1日5皿程度を3食に分けて食べましょう。



毎日の食事に野菜のおかずをプラス!そして減塩!

ヒント1

普段の料理で野菜を追加する

- ◆汁物は野菜をたくさん使って具たくさんにする
具たくさんにすると汁も少なくなるため、減塩にもつながります
- ◆下ごしらえの簡単な食材を利用して手軽に野菜を取り入れる
例)市販の冷凍野菜、カットサラダ、もやし、トマト、きゅうりなど



ヒント2

外食やテイクアウトでメニューを選ぶ時も 野菜摂取を意識する

- ◆野菜の多いメニューを選ぶ
(チャーハンよりも中華飯、ラーメンよりもタンメンの方が野菜は多い)
- ◆漬物以外の付け合わせの野菜は残さず食べる
- ◆丼物などの単品メニューには野菜の小鉢を追加する



ヒント3

減塩を心掛けてみよう

(食塩摂取目標量 男性7.5g未満/日、女性6.5g未満/日)

- ◆ラーメンなど麺類の汁は飲まずに残す
- ◆しょうゆやソースを使う時はかけずにつけた方が減塩効果あり
- ◆減塩商品や調味料を活用する



ラーメンのスープを
全部飲むと**食塩摂取量5～7g**
スープを半分残すと
食塩摂取量3～4g



味噌汁1杯に含まれる
塩分量は**約1.2g～1.5g**
1日3回食べると
4g近い食塩を摂取する
ことになります

**自分の生活を見直し、今できることを、
できる範囲でやってみましょう!!**

ご寄付をいただいた法人・個人

2020年12月1日～2021年5月31日受付分
順不同・敬称略

■篤志寄付金

株式会社デンコードー、登米市立中田中学校、高橋是清、佐藤美千子

■黒川基金

黒川雄二

■新検診センター建設寄付金

阿部洋、加藤勝章、布田直樹、及川貴司、田代孝、伊藤尚人、岩渕光起

■特定維持会員

ライズ株式会社、カガワ印刷株式会社、(有)村山自動車、有限会社
タノウチ印刷、小林クリエイト株式会社東北営業部、協業組合仙台清掃公社、
アズサイエンス株式会社東北支店仙台営業所、堀井薬品工業株式会社、
株式会社アイクリーン、七十七リース株式会社、株式会社バイタルネット、
株式会社ビー・プロ、オリオシステム株式会社、合資会社中北車体工作所、
コセキ株式会社、杜の都信用金庫、株式会社七十七銀行、カイゲン
ファーマ株式会社仙台営業所、キヤノンメディカルシステムズ株式会社、
東邦薬品株式会社、東北電力株式会社、伏見製菓株式会社仙台営業所、
同和興業株式会社、同和警備株式会社、チバ器械株式会社、株式会社
トヨタレンタリース宮城

■賛助会員（法人）

(有)三治郎旅館、株式会社渡會、株式会社エコー設備工業、株式会社
橋本タイヤサービス、株式会社東北プリント、株式会社佐々啓、宮城
日野自動車株式会社、株式会社宮城テレビ放送経営推進部

■賛助会員（農協）

加美よつば農業協同組合、JAみやぎ女性組織協議会、古川農業協同組合、
(株)ライフサポートわたり、新みやぎ農業協同組合、宮城県農村健康管理
推進協議会、いしのまき農業協同組合

■賛助会員（医師会）

塩釜医師会：医療法人友仁会松島病院、かくたこども&アレルギークリニック

気仙沼市医師会：森産婦人科医院、村岡外科クリニック、ささはら
総合診療科、あいざわクリニック、大友医院、気仙沼市立本吉病院、
森田医院、医療法人移川哲仁会、葛内科胃腸科医院、大里胃腸科内科
婦人科医院

栗原市医師会：高橋ハートクリニック、志波姫診療所

黒川医師会：医療法人盟陽会富谷中央病院

柴田郡医師会：甘糟仁、山家誠

仙台市医師会：医療法人社団櫻井内科医院、医療法人賢善会宮田医院、
菅原医院、丹野恭夫、榴岡わたなべクリニック、松永女性クリニック、
五十嵐内科クリニック、大岡内科医院、いのうえ小児科クリニック、
いずみクリニック、やすだクリニック、氏家裕明、野口謙治、泉黒澤クリニック、
阿部信彦、JCHO仙台南病院、森洋子、岡村婦人科クリニック、富沢南
とだクリニック、山形内科医院、医療法人かんとうクリニック、仙台産業
医科診療所、宮澤循環器科内科クリニック、遊佐明

登米市医師会：医療法人菅原内科クリニック、医療法人社団明徳会
森整形外科医院、佐藤医院、登米市立豊里病院

桃生郡医師会：医療法人簡野医院

名取市医師会：せきのした総合クリニック

■賛助会員（宮婦連）

佐沼婦人会：阿部喜江子、長谷哲子、高田貞子、佐藤美栄子、泉幸子、
男澤隆子、佐藤恵子、岩崎喜代枝、星恭子、鈴木タキ子、遊佐富士子、
高橋絹子、伊藤桂子、佐々木ふく、大澤きよ、佐藤ヒサ子

志波姫婦人会：三浦末枝

松岩婦人会：鈴木玲子、熊谷洋子、新沼照子、齋藤エイ子、佐藤葉子

大崎市田尻地域婦人団体連絡協議会：高橋妙子

■賛助会員

個人：福地孝、高橋堅固、久保田光子、阿部せつ、齋藤多見恵、三浦みよ子、
亀山喜美子、只野一宏、織田信夫、江刺洋司、海川ヒデ、出川博一、
菅原伸之、加藤秀則、滝川文子、大宮みつ子、佐藤美千子

職員：齋藤純子、平田誠、渡辺浩之、中村繁子、大友正明、佐藤真由美、
菊地章子、小笠原涉、渡邊有、盛田美樹、針生一恵、奥山彬、高橋是清、
守谷崇、志久保純一、大江幸江、中川朋美、佐藤義治、西條靖、石川宏一、
村上裕一、橋本真里子、泉田京子、青木晶、菊地永一郎、佐藤秀逸、
鈴木里恵

賛助会員（個人・法人の継続寄付）募集しております。

当協会では、がんに関する正しい知識の普及啓発、がんの早期発見・早期治療のための調査研究等の事業を行っています。このような事業活動は皆様からの尊い寄付により支えられています。

なお、寄付金については**税制上の優遇措置**を受けることができます。**個人**の方からの寄付金は、所得税において優遇措置対象となり、寄付者の方は確定申告の際に従来の**「所得控除」と「税額控除」のいずれか有利な方を選択**して控除を受けることができます。**法人**の寄付金に対する優遇措置としては、**「特定公益増進法人」**に対する寄付に該当しますので、**法人税法上の規定による限度額が損金**として認められます。

《 寄付金の種類 》

- 賛助会員寄付 協会の活動をご支援いただき、毎年ご寄付をしてくださる方
個人会員 1口 1,000円以上の寄付者(個人)
法人会員 1口 10,000円以上の寄付者(団体・法人)
特定維持会員 寄付金の額を定めて「がん征圧運動」に一層の協力支援をいただいている法人
- 篤志寄付 協会の活動に対する一時的な寄付金
■黒川基金 黒川利雄がん研究基金のためと使用を指定した寄付金

がん征圧に向けた、あたたかいご支援ご協力をお待ちしております。

ご寄付のお申込、お問い合わせは下記までお願いいたします。

公益財団法人 宮城県対がん協会 法人総務課

〒980-0011 仙台市青葉区上杉5-7-30 TEL 022-263-1637 FAX 022-263-1548
ホームページアドレス <https://www.miyagi-taigan.or.jp>