



公益財団法人 宮城県対がん協会

ともしび

TOMOSHIBI



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



写真:宮城県観光プロモーション推進室

CONTENTS

- 2 新年のご挨拶
- 3 乳がん検診200万人達成
- 4 がん征圧全国大会、宮婦連ブロック別研修会
- 5 がん征圧月間行事
- 6 がん検診事業説明会、がん予防研修会
- 7 新がん検診センター建設起工式、交通安全優良事業所表彰
- 8 2022ピンクリボンリレートーク、大崎市健康まつり
- 9 伏見製薬 胃がん検診(胃X線検査)の「バリウム」
- 10 健康コラム
- 12 ご寄付をいただいた方々・継続寄付のお願い
新がん検診センター建設募金のお願い
- 16 2023年度黒川利雄がん研究基金
研究助成金募集のお知らせ

早期発見
早期治療

がん検診は
定期的に!



グー子ちゃん がん助くん
がん征圧イメージキャラクター

令和5年

新年のご挨拶



公益財団法人
宮城県対がん協会

会長 下瀬川 徹



新年明けましておめでとうございます。

皆様は年越しをどのように過ごされたでしょうか？家族で楽しくご馳走をいただき、紅白歌合戦や特別番組をみながら年越しそばを食べ、身支度をして神社へ元朝参りに出かける。一年間家族の皆が健康で平穩に過ごせたことに感謝し、新しい年もつつがなく過ごせるようお祈りするのがごく普通の過ごし方でしょう。世界的には年末年始の過ごし方は様々なようですが、一年を無事に過ごしたことを家族や友人で盛大に祝い、期待を込めて新しい年を迎える習慣は国を超え、人種が異なっても共通のようです。新年は過去的一年を反省し、未来に向けてリセットする良い機会でもあります。昨年は新たな変異株の出現によって新型コロナウイルス感染症は第6波、第7波の大流行となり多くの方々が感染し、不幸にして亡くられる方も多数おりました。2月にはロシアによる突然のウクライナ侵攻によって世界の国々の分断が顕著となり、社会情勢が不安定化するとともに、様々な国で政治が混迷を極め、物資の供給、流通の障害により世界経済も大混乱に陥りました。世界の平和とはなんと脆弱なものか、普段通りの当たり前の生活を維持することがなんと難しいことを思い知る一年でした。今年は、世界中が知恵と勇気を持って平和を取り戻し、人々が不安のない安定した生活が送れるよう願います。

令和5年の干支は「癸卯(みずのとう)」。解説によれば「癸」は大地を潤す恵の水を表し、新たな生命が成長し始めている状態を意味します。一方、「卯」は穏やかなうさぎの様子から安全、温和の意味があり、また、うさぎのように跳ね上がる例えから、何かを開始するには縁起がよく、希望が溢れ、景気が回復、好転する年になると解説されています。巡り合わせの良い干支に少し気持ちが明るくなります。

当協会の今年の最重要事項は、何といたっても新がん検診センター建設を計画通り進めることにあります。昨年11月1日に敷地内で起工式が行われ、本体工事が始まりました。今年一杯工事が進み、新棟竣工は12月末、引っ越しならびに既存棟の改修を行い、センターオープンは令和6年4月を予定しています。受診者の皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご辛抱いただきますようお願い致します。新セン

ターは従来のがん検診センター建物に合築する形で現敷地内に建設します。1階はがん・生活習慣病健診フロア、2階は消化器内視鏡検診フロア、3階は乳がん・子宮がん検診に対応する女性専用フロアとし、それぞれの機能を集約させます。プライバシーに留意し、安心・安全に気持ちよく検査が受けられる受診者ファーストの施設環境を目指します。また、建物だけでなく健診データ収集システムの整備や電子カルテシステムの充実を行い、予約から結果作成までの事務作業の効率化をはかることによって、受診者の皆様が円滑に健診を受けられるようソフト面の強化も行います。一方、長引くコロナ禍やウクライナ危機によって、世界的に原材料ならびに原油等エネルギーの品不足や価格が高騰しており、建設工事の資材価格も影響を受けて費用は当初予算を超過する見通しです。超過分は医療機器整備や既存棟工事を見直し、募金活動を展開して何とか賄いたいと考えています。皆様におかれましては、是非お力添えをいただけますと幸いです。

当協会は設立以来、良質ながん検診の機会を多くの方々に享受いただけるよう県内隅々まで出向き、有効性が科学的に証明されたがん検診(対策型がん検診)を地域住民の皆様に提供してまいりました。しかし、わが国におけるがん検診受診者は対象者全体の4割ほどで、そのうち3割から6割程度の方々は保険者や事業主が福利厚生の一環として任意で実施する職域検診を受けています。職域検診の多くや個人が任意で受けられる人間ドックの課題として、正確な対象者数や受診者数が不明なため受診率の算定や精度管理が行えず、がん検診の意義そのものが不十分なことがあります。厚生労働省は2018年に職域においても科学的根拠に基づくがん検診を普及・啓発するため「職域におけるがん検診に関するマニュアル」を公表しましたが、浸透するには時間と企業努力を要します。当協会は新がん検診センターのオープンに向けて、これまで住民検診で培ってきた技能と知識、経験を活かして精度管理の行き届いたがん検診を職域ならびに人間ドックにも一層広げたいと考えています。是非、多くの事業者やドック受診希望の皆様に広くご利用いただけますようお願い致します。

乳がん検診200万人達成

1977年に開始された乳がん検診が、6月15日(水)の村田町対策においてめでたく受診者累計200万人達成となりました。

当日は、検診会場の村田町中央公民館において式典が開催され、これまでの乳がん検診の経過報告。検診への協力に対するお礼のあいさつを、当協会の下瀬川会長が行った後、200万人目となられた千葉愛子さんに記念品の贈呈を行い、村田町長大沼克巳様より、町での健康管理事業に対する取組み等、ご祝辞をいただきました。

現在まで約4,000名の「乳がん」を発見しており、今後も、人々ががんにならないように予防する対策。また、がんになってもそれで命を落とすことのないよう、引き続き早期発見・早期治療のための精度の高い検診の実施に努めてまいります。



200万人目となった千葉愛子さん

乳がん検診受診200万人達成記念の道のり

- 1958年 宮城県対がん協会設立。黒川利雄博士初代会長に就任。
- 1975 乳がん対策委員会(12名)発足。
- 1977 乳がん診断委員会(32名)設置。
乳がんの住民検診が山元町で開始。
乳精検用ゼロラディオグラフィー設置。
- 1979 日本自転車振興会の補助による乳がん精密検診車「すみれ号」完成。
(マンモグラフィー・超音波装置・自動現像機を搭載)
- 1984 乳がん検診10万人達成。(本吉町)
- 1987 乳がん検診20万人達成。
- 1988 日本自転車振興会の補助による乳がん精密検診車「すみれ2号」完成。
- 1994 乳がん検診50万人達成。(柴田町)
日本自転車振興会と宮城県の補助による乳房X線撮影装置を整備。
- 1999 乳がん検診(50歳から69歳)にマンモグラフィー併用検診を導入。
郵政省(お年玉年賀ハガキ)の補助による乳がん検診車「すみれ3号」完成。
- 2002 乳がん検診(40歳から49歳)にマンモグラフィー併用検診を導入。
乳がん検診100万人達成。(矢本町)
- 2004 日本対がん協会「21世紀初頭特別事業」によるデジタルマンモグラフィー装置搭載乳がん検診車「すみれ5号」完成。
- 2006 国庫補助(マンモグラフィー緊急整備事業費)によるデジタルマンモグラフィー装置搭載乳がん検診車「すみれ6号」完成。
- 2007 超音波装置搭載乳がん検診車「ほほえみ1号」完成。
- 2009 国による女性特有のがん検診推進事業実施。子宮頸・乳がん検診の無料クーポン券の配布。
- 2011 乳がん検診における視触診廃止。
- 2012 フラットパネル搭載乳がん検診車「すみれ7号」完成。
- 2019 JKAの補助による乳がん検診車「すみれ8号」完成。

がん征圧全国大会

2022年度のがん征圧全国大会が9月2日(金)に開催されました。今年度のテーマは『美(うま)し国・三重から「がん検診で守る大切な命」』で、新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐため三重県津市とオンラインで全国の会場を結んだハイブリッドでの大会となりました。

主催者を代表して公益財団法人日本対がん協会の垣添会長より「私どもは、がんで苦しむ人、悲しむ人をなくしたいとの願いで活動が続けています。全がんの5年生存率は6割を超え、7割に近づいており、がんは治る病気になってきました。がんイコール死というイメージを変えたいと願っています。この大会の成功を確信し、活動を支えていただいている方へ感謝申し上げます。」とあいさつがありました。

表彰式では、がん征圧活動に功績のあった3個人1団体に「日本対がん協会賞」を贈り、特別賞である「朝日がん大賞」が1個人に贈られました。また、2022年度がん征圧スローガンの最優秀賞「がん検診 私にできる がん対策」の作者表彰。各県支部の永年勤続者表彰が行われました。

最後に、次回、2023年度のがん征圧全国大会が開催される公益財団法人山口県予防保健協会理事長のあいさつがあり、今年度の全国大会は終了しました。

第2部では、厚生労働省健康局がん・疾病対策課長を講師に迎え、「がん対策の現状と展望」をテーマにした記念セミナーが開催されました。セミナーでは、新型コロナウイルス感染症影響下におけるがん検診受診数やがん登録者数の推移など、がん検診の現状についての説明。今後の「がん検診の受診率向上のための取組について」「がん検診の精度管理」「科学的根拠に基づくがん検診の実施について」等、お話をいただきました。



2022年度 日本対がん協会賞・朝日がん大賞の受賞者	
朝日がん大賞	祖父江 友孝(そぶえ・ともたか) 63歳 大阪大学大学院医学系研究科 社会医学講座 環境医学 教授
日本対がん協会賞	個人の部
	渡會 伸治(とごう・しんじ) 66歳 石川町内科クリニック 院長
	中井 昌弘(なかい・まさひろ) 65歳 三重県健康管理事業センター理事 兼 診療所長
	菱沼 正一(ひしぬま・しょういち) 68歳 栃木県立がんセンター 名誉理事長
	団体の部
	特定非常利活動法人 Hope Tree (大沢かおり代表理事) ※敬称略、年齢は2022年9月1日現在

宮婦連ブロック別研修会

新型コロナウイルス感染症の影響により開催が中止されていた宮婦連ブロック別研修会が、3年ぶりに県内3会場で開催されました。この研修会の趣旨は、高齢化、少子化、男女共同参画社会、環境、青少年の健全育成等の多くの問題を考え、新しい世紀の確かな発展を願い、心豊でゆとりある地域社会を育てることが目的の勉強会です。

宮城県対がん協会もそれぞれの会場で「知っていますか?プレスト・アウェアネス～受けましょう乳がん検診～」と題して保健師から講話をさせて頂きました。



2022年度 宮婦連ブロック別研修会
テーマ:
知っていますか?プレスト・アウェアネス
～受けましょう 乳がん検診～

ブロック	月日(曜日)	場 所
仙北ブロック	7月6日(水)	若柳総合文化センター(ドリーム・パル)
中央ブロック	7月7日(木)	亘理中央公民館
仙南ブロック	7月13日(水)	蔵王町ふるさと文化会館

がん征圧月間行事

がん征圧月間

毎年9月は日本対がん協会が定めた「がん征圧月間」として、がんの正しい知識と早期発見、早期治療の普及啓発に力を入れております。新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、昨年度同様、街頭におけるがん征圧活動に代わって、ラジオを通じた啓発活動に力を入れました。特にコミュニティFM「ラジオ3」様にはご協力をいただき、番組の中でがん征圧を呼びかける内容を放送していただきました。

例年実施している当協会の検診センターと仙台市各区役所への懸垂幕の設置やがん征圧月間の新聞広告でがん予防啓発活動、宮城県内の市町村へのがん征圧ポスターや禁煙ポスターの配布、宮城県庁でがん予防パネル展を行いました。

今年度の宮城県庁でのパネル展は9月9日(金)～22日(木)まで1階通路での展示となり、多くの方々に足を止めてパネルをご覧になっていただきました。



がん講演会

例年、9月のがん征圧月間に合わせて行っている「がん講演会」、「がん予防パネル展」を、9月28日(水)仙台市シルバーセンターにて3年ぶりに開催いたしました。講師に東北大学病院消化器病態学分野助教の志賀永嗣先生をお迎えし、「コロナ禍でも忘れてはいけない大腸がん検診」と題した講演には、100名を超える県民、市民の皆様にご参加いただきました。分かりやすく、時にユーモアを交えた志賀先生のご講演に、ご参加いただいた皆様も熱心に耳を傾け、講演終了後にはご質問が相次ぐほどでした。

今回は、依然としてコロナ禍が続く状況のため、行政からの指導基準や協会内部の蔓延防止対策を実施し、参加人数もある程度制限させていただきながらの開催となりました。次年度以降状況が改善し、より多くの県民、市民の皆様にご参加いただける機会を提供できたらと考えております。尚、来年度のがん講演会は9月下旬、仙台市福祉プラザ(仙台市青葉区五橋)での開催を予定しておりますので、是非ご参加ください。(詳細につきましては、日程が近くなりましたら、当協会ホームページ等で告知いたします)



2023年度がん検診事業説明会

10月5日(水)県内各市町村及び主たる事業所の担当者等を対象に「2023年度がん検診事業説明会並びにがん予防研修会」がフォレスト仙台で開催されました。昨年度同様新型コロナウイルス蔓延防止対策として、ホールを2会場分確保して3密回避や消毒など感染予防に最大限注意を払いながら実施いたしました。

説明会の冒頭、当協会下瀬川会長は、当協会が精度管理を徹底した質の高い検診を実施している点を改めてご理解いただくとともに、コロナ禍で減少したがん検診受診率の回復へご協力いただけるよう参加者にお話し、あいさつしました。

続いて、阿部事務局長より次年度の各種がん検診の基本方針について説明が行われました。コロナ禍及びウクライナ情勢による原材料費の高騰の影響を受け、胃がん検診など一部の検診料金を改定せざるを得ない現状を説明。他方、単純な料金改定に留まらず、検診受診者へのサービス向上に生かして行く予定である旨説明しました。また、申込に合わせた勧奨チラシを作成配布したことにより申込実績が向上した事例を報告し、参加者にはご所属の市町村、事業所において次年度以降の積極活用を促しました。

最後に、新がん検診センターのイメージ動画を上映し、建設工事の進捗状況を報告しました。



がん予防研修会

がん検診事業説明会に引き続き、がん予防研修会が行われました。プログラム1として、当協会消化器内視鏡検診センター只野敏浩副センター長より「我が国における大腸がん検診の現状と展望(当協会の取り組みを交えて)」と題した講演をいただきました。大腸がんはわが国において高い死亡率を有する一方で、がん検診に適した特性があり、便潜血検査の受診と適切な精度管理に基づく大腸内視鏡検査の受診が重要であると説明されました。

プログラム2では、東北医科薬科大学乳腺内分泌外科教授鈴木昭彦先生より「乳がん検診の精度管理」と題したご講演をいただきました。日本において乳がんが女性のがん罹患率で最も多く毎年11万人、女性の約9人1人が罹患し、30代～50代の罹患率、死亡数が高くなる特色などが示され、その対策としての乳がん検診の重要性、職域検診における課題などが説明されました。講演後の質疑では、昨今話題になる血液や線虫などを使ったがんに関する検査について質問があり、鈴木先生は「まだ研究レベルであり科学的根拠が示されていないため、是非、科学的根拠のあるがん検診を受診してください」とアドバイスされました。



新がん検診センター一起工式

11月1日(火)に、新がん検診センターの建設起工式が行われました。

協会職員、他、協会役員、工事関係者約40名が参加し、一連の儀式が執り行われ、本格的にスタートする本体工事の安全を祈願しました。本体工事の終了は2023年12月を予定し、2024年4月よりバリアフリー化された受診者ファーストの新しい検診センターでの検査が始まります。

皆様に快適に検査を受けていただける施設を目指して建設を進めてまいります。工事の進捗状況につきましては、次号の「ともしび」157号でもお知らせ致します。



TOPICS

「交通安全優良事業所表彰」

11月15日(火)、宮城県警察本部長、(一社)宮城県安全運転管理者協会会長連名にて、令和4年度交通安全優良事業所として表彰を頂戴しました。日頃より、職場一体となって細かな安全運転管理のもと交通安全活動を積極的に推進した点をご評価いただいたの表彰となりました。

当協会では年間280日以上宮城県内を検診車が巡回して各種がん検診を行っており、その中には雨の日や雪の日など道路状況の悪い日も多く含まれます。こうした中で、交通安全運転優良事業所として表彰をいただけたことは誇りであり、がん征圧活動の励みになるものです。今後も事故の無い運転に努め、県内各地の受診者様が待つがん検診会場へ向かいたいと思います。



【当協会安全運転管理者:渡邊有さん】

2022 ピンクリボンリレートーク

乳がんの正しい知識を広め、乳がんの早期発見・早期治療の大切さを訴える「ピンクリボンリレートーク」が10月15日(土)に仙台市で開催されました。今年は、2019年度以来の対面での開催となり会場の仙台市急患センターホールには多くの方に来場いただき、コロナウイルス感染症対策を行ったうえでイベントを開催することが出来ました。

当日は、東北医科薬科大学乳腺内分泌外科鈴木昭彦教授の「乳がんを知ろう」。センダイガールズプロレスリング橋本千紘氏による「女子プロレスラー橋本千紘のマンモグラフィ体験談」。当協会盛田美樹看護課長による「ご存知ですかブレスト・アウェアネス」。仙台市保健福祉部参事千葉由美子氏による「仙台市の乳がん検診をはじめとした市民健診について」の内容でリレートークが開催され、乳がんの早期発見や早期治療の大切さ等の講話に参加者は熱心に耳を傾けていました。

トーク終了後には、沢山の質問が会場から寄せられ、乳がんに関する関心の高さが窺われました。



大崎市「健康と福祉のつどい」

10月15日(土)大崎市古川保健福祉プラザにて、「健康と福祉のつどい」と題した健康まつりが開催されました。昨年度は、コロナ禍により中止となったため、2年ぶりの開催となりました。

当協会は、がん予防コーナーを担当させていただき、リーフレット配布とパネル展示でがんやがん検診についての啓発活動を行いました。がん予防コーナーに立ち寄った方の中には、パネルを熱心に眺めながらスタッフに質問される方や、ご自身のがん罹患の経験をお話くださる方もいらっしゃり、担当した当協会のスタッフも勉強させていただきました。

こうした健康まつりのようなイベントは、県民の皆様ががんについての知識に触れていただく貴重な機会ですので、次年度以降、新型コロナウイルスの蔓延状況が改善され、健康まつりを開催できる地域が増えることを願ってやみません。



胃がん検診(胃X線検査)の「バリウム」のおはなし

伏見製薬株式会社／株式会社伏見製薬所

はじめに

伏見製薬は、“さぬきうどん”で知られる香川県丸亀市にある製薬メーカーです。今年で創業100年を迎える長い歴史の中で、70年以上にわたって胃がん検診(胃X線検査)に用いられる「バリウム」=硫酸バリウム製剤を製造販売しています。今回はこの硫酸バリウム製剤についてご紹介します。



(写真)昭和初期に用いられていた製造設備。現在も本社敷地内に保存されています。

硫酸バリウムってどんなもの？

硫酸バリウムは、無味無臭の白い粉末です。水に溶けないため、私たちが口から服用しても、吸収されずに消化管を通過してそのまま便として排泄されます。服用する際には水に懸濁させて液状としますが、比重約4.5(同じ体積の水の4.5倍の重さ)ととても重たいためすぐに沈殿してしまいます。そのため、水に懸濁させたときに沈殿しにくいよう、添加剤を加えるなど工夫して製剤化しています。

硫酸バリウム製剤が消化管の検査に使われ始めたのは1915年頃で、実に100年以上の長い歴史があります。硫酸バリウムの無味無臭、薬理作用がない、X線吸収係数が大きい等の種々の性質が消化管造影に適しているため、現在に至るまで広く使われ続けています。しかし、当初は「造影食」と呼ばれる粥状のもので、検査の際に医療従事者が硫酸バリウムにテンポン等を混ぜて作り、受診者に400～500mL服用させ胃を満たして胃全体の形を診ていたようです。

胃二重造影法が日本で開発される！

現在私たちが受けている胃X線検査「二重造影法」は、1950年代に日本の白壁医師らにより開発され、1960年代に普及した検査方法です。二重造影法では、前述のように胃全体を硫酸バリウム造影剤で満たすのではなく、硫酸バリウム造影剤を胃の粘膜表面に薄く付着させ、胃を空気で膨らませることによって、粘膜の微細な凹凸を描出します。発泡剤を飲んで胃を膨らませるのはこのためです。

伏見製薬はこの頃(1950年代)に医療用硫酸バリウムの製造を開始し、白壁医師らの指導のもと二重造影法に適した硫酸バリウム製剤を開発しました。二重造影では、服用するバリウムの量は200～300mL程度と少なくなりました。一方で、胃の粘膜表面がバリウムで薄く覆われるよう粥状ではなく流動性の良い製剤が求められたため、添加剤などを工夫し、沈殿を防ぎつつも粘度が低くなるよう検討を重ねて製剤を完成させました。

その後1990年頃より、“高濃度・低粘性”の硫酸バリウム製剤が使われるようになりました。硫酸バリウムの粒子の大きさや、添加剤をさらに工夫することで、それまでの硫酸バリウム製剤に比べてより高い濃度で懸濁することができ、且つより粘度が低い製剤となりました。検査時に服用する硫酸バリウムの液量は150mL程度と少なくなり、またサラツとして飲みやすくなっています。現在の胃X線検査で使われているのは、この“高濃度・低粘性”の硫酸バリウム製剤です。

がん検診に貢献！

胃X線検査は現在、胃がん検診として日本国内で広く行われています。胃がん検診は1950年代にはじまり、1960年には宮城県対がん協会にて日本で最初の検診バスによる胃がん検診が開始されました。がん検診の普及とともに硫酸バリウム製剤が多くの方に使われるようになり、伏見製薬は、医療従事者の方々とともに硫酸バリウム製剤の開発と製造販売に取り組んで参りました。

そして、2016年には、“大腸CT検査”に用いる新たな硫酸バリウム製剤を開発しました。この製剤のご紹介は今回省略しますが、大腸がんは、現在我が国で最も罹患数の多い、対策が重要ながんの一つとされています。その中で大腸CT検査は、受診者の負担が比較的小さい検査として、全大腸内視鏡検査の実施が困難な方への検査としての役割が期待されています。

大腸CT検査は新しい検査ですので、我々はその啓発活動にも取り組んでいます。2021年、YouTubeチャンネル「伏見健康アカデミー」(図)を開設しました。がん検診の重要性や検査方法などについて専門の医師にわかりやすく解説していただいています。ご覧いただければ幸いです。



図「伏見健康アカデミー」のご紹介

(参考資料)
重松運夫:新・X線造影剤, 医学書院, 1966
白壁彦夫編:胃二重造影法, 文光堂, 1970
窪田博吉監修:放射線技師のための消化管撮影技術, 金原出版, 1981
日本消化器がん検診学会 大腸がん検診精度管理委員会, 大腸がん検診マニュアル-2021年度改訂版-, 日消がん検診誌:2022;60(3): 386-536

Point 01 たばこは吸わない

たばこは肺がんだけでなく咽頭がん、食道がん、胃がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がんなど多くのがんのリスクを高めることが分かっています(たばこを吸う人は吸わない人に比べて、がんになるリスクが約1.5倍～5.5倍高まります)。禁煙はがん予防の、大きく、確実な一歩です。ぜひ禁煙しましょう!

Point 02 他人のたばこをできるだけ避ける

受動喫煙でも肺がんや乳がんのリスクは高くなります。たばこは吸う本人のみならず、周囲の人の健康も損ねます。吸わない人はたばこの煙をなるべく避けて生活しましょう!

Point 03 お酒はほどほどに

飲酒は食道がん、大腸がんとの強い関連があります。適度な飲酒を心がけましょう!

【1日あたりの目安】

- ・日本酒…1合(180ml)
- ・ビール(500ml)…1本
- ・焼酎…100ml
- ・ウィスキー、ブランデー(60ml)…ダブル1杯
- ・ワイン…240ml



Point 04 バランスのとれた食生活を

1日3食、主食・主菜・副菜、その他の食品をバランスよくとることが基本です。また、塩分を抑え、野菜と果物を食べ、熱い飲み物や食べ物は少し冷ましてからとるという3つのポイントを守ること、日本人に多い胃がんのリスクや、食道がん、食道炎のリスクが低くなります。



Point 05 塩辛い食品は控えめに

減塩は、胃がんの予防のみならず、高血圧、循環器疾患のリスクの低下にもつながります。1日あたりの食塩摂取量を男性は8.0g未満、女性は7.0g未満にするように心がけましょう。宮城県は塩分摂取量が多い県(男性 11.9g:ワースト1位、女性 9.4g:ワースト13位)※なので、特に気を付けましょう!

※平成28年国民栄養調査結果より

Point 06 野菜や果物は不足にならないように

「健康日本21」では、1日あたり野菜を350gとることを目標としています。果物もあわせた目安としては、野菜を小鉢で5皿分と果物1皿分を毎日食べる心がけで、400g程度になります。

塩分と同様がんだけでなく、脳卒中や心筋梗塞などの生活習慣病予防にもつながります。



Point 07 適度に運動を

歩行またはそれと同じくらいの身体活動を1日60分行いましょう。また、息がはずみ汗をかく程度の運動は1週間に60分程度行いましょう。宮城県では「あと1日15分、1500歩を歩く」ことを推奨しています。買い物のときは遠くの駐車場に止めたり、階段を使うようにしたりして、あと15分歩くことを心がけましょう!



がんの予防のためには、検診を受けること、そしてがんを防ぐ生活習慣を身に付けていくことも重要です。自分自身の生活を振り返り、がんを防ぐための新12カ条を実践しましょう!

Point 08 適切な体重維持

太りすぎも痩せすぎもよくありません。男性の場合BMI値21.0～26.9、女性はBMI値21.0～24.9でがんのリスクが低いことが示されました。BMIは健診診断の結果にも表記されているので、ぜひ確認してみてください。



Point 09 ウイルスや細菌の感染予防と治療

日本人のがんの原因として、女性で一番、男性でも二番目に多いのが「感染」です。以下のようなウイルス・細菌感染と、がんの発生との関係があるとされています。

ウイルス・細菌	がんの種類
B型・C型肝炎ウイルス	肝がん
ヒトパピローマウイルス(HPV)	子宮頸がん
ヘリコバクター・ピロリ菌	胃がん
ヒトT細胞白血病ウイルスI型(HTLV-1)	成人T細胞白血病・リンパ腫

いずれの場合も、感染したら必ずがんになるわけではありません。それぞれの感染の状況に応じた対応をとることで、がんを防ぐことにつながります。



Point 10 定期的ながん検診を

「受診すれば確実にがんによる死亡率が下がる」という検診を国が5つ定め、受診を推奨しています。

検診種目	主な検査手法	対象者	頻度
胃がん検診	X線検査	40歳以上	年1回
	内視鏡検査	50歳以上	2年に1回
大腸がん検診	便潜血検査	40歳以上	年1回
肺がん検診	胸部X線検査	40歳以上	年1回
乳がん検診	マンモグラフィー	40歳以上	2年に1回
子宮頸がん検診	細胞診	20歳以上	2年に1回

また、検診を受けた後、「要精密検査」になった際は「面倒」「怖いから」と受けに行かないのは、せっかく受けていただいた検診がもったいないです。また、放置しているとがんが進行していることもあります。「要精密検査」になった場合は、必ず精密検査を受けるようにしましょう!



Point 11 身体の異常に気がついたら、すぐに受診を

普段の生活でも血便や原因不明の痛み(腹痛・胸痛・背部痛など)、胸のしこり、不正出血などの症状がある場合は、検診を待たずに医療機関を受診してください。

Point 12 正しい情報でがんを知ることから

ネットはいろいろな情報を得ることができますが、中には事実とは異なる情報もあります。なるべく国立がん研究センターが運営する「がん情報サービス」などの信頼できるサイトを見ましょう!また、全国のがん診療連携拠点病院などの「がん相談支援センター」は、がんの相談窓口として設置されていて、どなたでも無料で利用することができます。宮城県対がん協会にも「がん総合支援センター」が設置されていますので、ぜひご利用ください。



新がん検診センター建設募金(法人)

イシイ株式会社 代表取締役 石井吉雄、
カガワ印刷株式会社、
合資会社 中北車体工作所
(株)東日本放送、
井ヶ田製茶株式会社 代表取締役 今野克二、
三島法律事務所 三島卓郎、
松坂法律事務所 松坂英明

新がん検診センター建設募金(議会)

美里町議会・大衡村議会・栗原市議会・
七ヶ宿町議会・名取市議会議員会・
山元町議会・涌谷町議会・村田町議会・
蔵王町議会・東松島市議会・女川町議会事務局・
南三陸町議会議員会・松島町議会・
丸森町議会・白石市議会事務局・
大和町議会・亘理町議会議員会
岩沼市議会 高梨明美、田村宏、
高橋光孝、布田恵美、
飯塚悦男

大郷町議会 吉田耕大、佐藤牧、
赤間茂幸、大友三男、
佐藤千加雄、田中みつ子、
熱海文義、石川壽和、
和賀直義、高橋重信、
石垣正博、千葉勇治、
若生寛、石川良彦

新がん検診センター建設募金(医師会)

仙台市医師会 棚橋善克+泌尿器科 棚橋善克

新がん検診センター建設募金(宮婦連)

大内婦人会 荒祥子、石田真利子
丸森婦人会 上村文子
女川町婦人会 木村佳代子、遠藤悦子、梁取礼子、
鈴木信子、勝又菊枝、東海久美子、
佐藤えい子、岸サワ子、高橋京子、
小山栄子

花山婦人会 及川喜留子、千葉とくみ
七ヶ浜町婦人会 千葉志美枝、三島知恵子、
佐藤美代子、相澤由美子、
伊藤志久子

志波姫婦人会 相馬桂子、菅原峰子、三浦末枝
若柳婦人会 千葉和子、川嶋祐子、西島たか子、
三浦千代、佐々木実千子、石川隆子、
長澤満喜子、及川恵美子、高橋憲子、
鈴木ひで子

大和町宮床婦人会 浅野よし江、熊谷順子、鎌田眞知子
米山婦人会 三浦きさ子、後藤直子、佐々木邦子、
高橋ひさよ、菅原清子、梅本とね子、
佐々木きよ子、佐々木美代子、
主藤かつ子、及川きえ子

亘理町地域婦人団体連絡協議会 亘理婦人会、荒浜婦人会、
吉田婦人会、吉田西部婦人会、
逢隈婦人会

白石市地域婦人団体連絡協議会 大野のり子、吉川淑子、志賀千賀子

白石市婦人会 栗原幸江、石川照代、佐藤晴代、
佐久間美紀、岡崎好子、草野いく子、
佐藤みや子、半沢みつ枝、
小畑けい子、小野律子

宮地域婦人会 我妻洋子、大庭栄子、丹野とく、
大沼いわ子、菅生ゆう子、
菅原礼子、山家章子、阿部暢枝、
我妻美枝子、齋佳子、
関根智子、佐藤ヨキ子

利府町婦人会 貝山昭子、亀山律子、佐藤ちよ、
本間美代子、大友明美、木村みゆき、
林せつ子、品部陵子、伊藤みつ子、
伊藤恵子、高橋良子、永塚清子、
石橋節子、西澤久子、橋本こずえ、
小林いく子、郷家百合子、長井礼子、
曽根とみ子、伊藤喜美子、袋浩子、
大槻イワ子、佐々木京子、鈴木祐子、
尾形静子、櫻井郁子、白木由美

石越町婦人会 高橋弘子、川嶋敦子、千葉秀子、
千葉喜久子、金ますみ、金澤いく子、
佐々木八重子、高橋幸子、
佐々木ゆき子、菅原京子

松岩婦人会 鈴木玲子、熊谷洋子、新沼照子、
佐藤葉子、高田千秋

栗駒婦人会 菊地寿美子、佐藤多恵子、
佐藤かち子

金成婦人会 鈴木美千代、千田京子、渡辺和子
東松島市矢本婦人会 千葉成子、木村礼子、佐藤豊子、
津田美枝子、浅野美枝子、河嶋清子、
田中敬子、三浦絢子、片岡君江、
高橋沙代

多賀城市婦人会連合会 平野美津江、佐藤セツ、相沢良子、
千葉みつ子、白濱宣子、庄子よし江、
小野雅代、大内英子、伊藤マサ子、
伊藤輝美、笹原うた子、櫻井やえ子、
佐藤郁子、及川順子、後藤みよ子、
小野絹子、平山裕子、西とし子、
平山照司、菊田百合子、鈴木絹子、
引地あき子、小野くに子、
渡辺千代子、宮崎みち子、
石塚美代子、長谷川斐子、梁川典子、
相澤教子、山口かよ子、酒井喜美子、
遠藤八千代、長内文子、鈴木安子、
友野美津子、斉藤良子、塗達子、
鈴木英子、鈴木みつゐ、菊地なつゑ、
斉藤裕子、佐藤洋子、佐藤照子、
矢吹精子、松野和子、三浦加代子、
本郷芳子、鎌田とき子、伊藤美津枝、

後藤重子、伊藤晶、小野精子、
櫻井陽子、小野聡子、伊藤啓子、
小沢文恵、大宮富美子、本郷裕子、
小林由美、櫻井美恵子、松浦富美子、
三峰明美、大橋礼子、武田みゆき、
郷家弘枝、只野孝子、田村紀子、
熊井紀代子、阿部登代子、遠田千恵、
後藤儀子、遠藤弘子、佐藤八重子、
斎藤美代子、菊田たか子、
半澤はるみ、佐々木けさよ、
斎藤しつゐ、米澤まき子、佐伯慶子、
片桐弘美、小幡孝子、屋代栄子、
高橋みき子、伊藤よしこ、
伊藤喜久子、伊藤誠子、
東海林ふじ子、渡邊桂子、伊藤道子、
鈴木キク子、本郷直子、伊藤幸子、
小幡公子、吉田多江子、阿部多枝子、
眞山祐子、鈴木誠子、大内芳子、
根本菊江、阿部純子、松村敬子、
渡辺とめ、諏訪部芙美子

大島婦人会
稲井婦人会

新がん検診センター建設募金(個人)

熊谷美和子、川嶋ミヨ、森れい子、
森恵子、太田裕子

新がん検診センター建設募金(職員)

下瀬川徹、阿部洋、泉田京子、
高山美和、高橋尚美、小野千恵美、
井上眞由美

篤志寄付金

(株)大林組

黒川利雄がん研究基金(職員)

高山美和、伊藤尚人

賛助会員(議会)

大郷町議会 大友三男、佐藤千加雄、赤間茂幸、
田中みつ子、佐藤牧、吉田耕大、
熱海文義、石川壽和、高橋重信、
石垣正博、千葉勇治、和賀直義、
石川良彦、若生寛

賛助会員(法人)

(有)五橋商事

賛助会員(医師会)

仙台市医師会 本多博、藤田直孝

賛助会員(宮婦連)

荒浜婦人会 渡部とし子、濱野かじ子、
佐藤富美子、阿部みや子、
馬場道子、永浜由紀子、
穴戸ひろ子、菊地英子、
森恵子、須郷貞子

賛助会員(個人)

佐藤美千子

賛助会員(職員)

布田直樹、齋藤千晴、永窪紀代美、
湯田教恵、井上眞由美

新がん検診センター 建設募金のお願い

【完成予想図】



実施要項

募金の目的	宮城県対がん協会新がん検診センター建設事業の推進
募金目標額	1億円
募金の期間	2022年7月1日～2024年3月31日
銀行口座名	公益財団法人 宮城県対がん協会
銀行名および口座	七十七銀行本店(普)5120717
免税措置	当法人は、「特定公益増進法人」であることの認定を宮城県より受けております。お寄せいただきます寄付金は、所得税法施行令第217条第1項第3号及び法人税法施行令第77条第1項第3号に規定された寄付金として 免税措置 を受けることができます。

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。

お問い合わせ

法人総務課法人事業係 TEL022-263-1637(直通)

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 法人事業係
〒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>

2023年度「黒川利雄がん研究基金」による研究助成金の応募要領

趣 旨

この基金は、1989年(平成元年)に宮城県対がん協会の初代会長故黒川利雄先生の遺志を受け、がんの予防および早期発見に関する技術の開発等に係わる医師等の研究助成を行い、がん対策の長期的な展望を開くために創設した。
2022年度までに、134人に対し8,670万円の助成金を交付している。

研究対象分野 と 応募資格

我国のがん予防および早期発見に関する技術の開発等、がん対策に係わる研究を行う50歳未満の個人および団体で、以下の研究分野を対象とする。
なお、公益財団法人宮城県対がん協会の理事または貴所属長の推薦を必要とする。

- ❶がんの疫学および集団検診に関する調査・研究・開発
- ❷がんの早期発見および治療に関する調査・研究・開発

■ 応募件数および推薦件数

同一施設・分野からの応募は1件までとし、推薦件数は1人1件とする。

■ 助成金の額

助成総額は220万円とし、研究助成金1件あたり100万円を限度とする。

■ 応募方法

応募希望者は、当協会ホームページより申請書類をダウンロードの上、下記住所あてに郵送で申し込むこと。尚、応募締切期日は、次項のとおりとする。

〒980-0011 仙台市青葉区上杉5丁目7番30号
公益財団法人 宮城県対がん協会
「黒川利雄がん研究基金」事務局 宛
TEL.022-263-1637 FAX.022-263-1548
<https://www.miyagi-taigan.or.jp>

■ 期日

「応募の締切り」 2023年 3月末日
「発 表」 2023年 5月予定
「交 付」 2023年 6月予定

■ 発表方法

選考の結果については、申請者及び推薦者宛に通知する。

■ 選考方法

公益財団法人宮城県対がん協会「黒川利雄がん研究基金」運営委員会において審査し、会長が決定する。

■ 研究成果の報告

本助成金を受けたものは、翌年3月末日までに研究成果(業績)を提出することとし、研究が完結していないときは、中間報告として提出すること。
報告書式は問わないが、研究成果を発表した場合は、その別刷りを提出すること(電磁媒体でも可)。
なお、報告書を提出されない場合、または研究の取り止めもしくは中止した場合については、研究助成金の交付は取り消しとする。その場合、研究助成金は速やかに黒川利雄がん研究基金に返金すること。

■ 注意事項

本助成金により研究成果を発表する場合は「黒川利雄がん研究基金」によることを明記すること。

英文》This work was supported in part by a Grant-in-Aid from “KUROKAWA CANCER RESEARCH FOUNDATION”

■ 宛 先

〒980-0011 仙台市青葉区上杉5丁目7番30号
公益財団法人 宮城県対がん協会
「黒川利雄がん研究基金」事務局