1部77円（税込み）

対がん協会報

第734号　2023年（令和５年）12月１日（毎月１日発行）

公益財団法人 日本対がん協会　「日本対がん協会」と「対がん協会」は登録商標です

〒104－0045　東京都中央区築地５－３－３　築地浜離宮ビル７階
☎ 03－3541－4771　FAX 03－3541－4783　https://www.jcancer.jp/

主な内容

１～３面　がん相談ホットライン 2022年度年報から
４～５面　内閣府 2023年がん対策に関する世論調査
７面　都内３校でがん教育 協会職員や専門医が講演

相談件数9124件　前年度から1900件増加　祝日も相談受け付け

がん相談ホットライン 2022年度年報から　コロナ禍の影響続き、関連の相談は782件

がん患者や家族などから無料で相談を受ける「がん相談ホットライン」の2022年度の年報がまとまった。相談件数は9124件。2022年４月から祝日も窓口を開き、新型コロナウイルス感染症が広がる前の2019年度には及ばないが、2021年度比で1913件増えた。

ホットラインの受付時間は年末年始を除き、毎日午前10時～午後６時。予約不要で、相談者・相談員ともに匿名で実施し、看護師や社会福祉士が相談に応じている。2020年１月以降、新型コロナの感染拡大に伴い、受付時間を午前10時～午後１時と午後３時～午後６時に短縮するなどの感染対策を行っている。

2022年度のまとめ

2022年度の相談件数は9124件。月平均で約760件、前年度比126.5％だった。月別の相談件数では10月の889件が最も多かった。

相談者の男女比率は、女性が78.4％（7155件）、男性が21.6％（1969件）で例年と同じく女性が多かった。また、年代別では、50代が36.0％（3285件）と最も多く、次に60代18.2％（1657件）▽40代17.3％（1574件）▽70代10.3％（941件）などの順になっている。

相談者の続柄は、患者本人が70.6％（6446件）で最も多く、次に娘10.6％（963件）▽妻5.3％（480件）などの順で、例年と同じ傾向になっている。

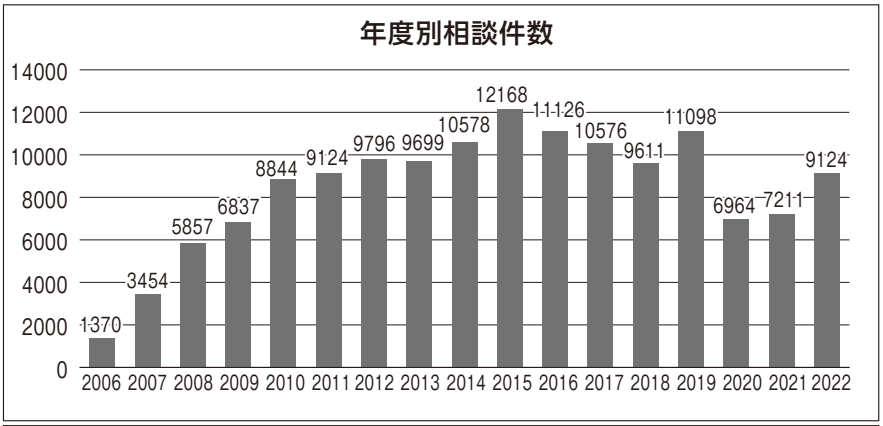
相談を受けた疾患部位は、乳房29.5％（2696件）▽腎・尿管・膀胱10.7％（980件）▽大腸9.1％（833件）▽肺7.7％（699件）が多かった。腎・尿管・膀胱については頻繁にかけられた方がいたことが影響している。

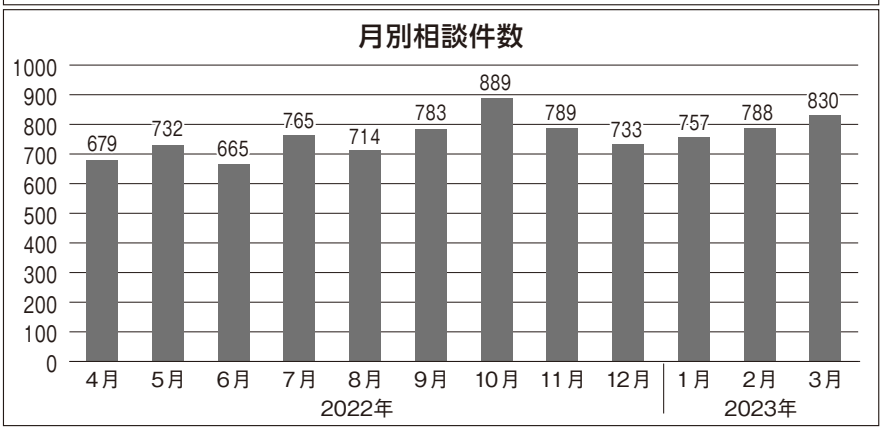
相談は全国、海外から寄せられている。相談者の承諾を得て居住地域（都道府県別）を聞いたところ、首都圏を中心に人口やがん診療連携拠点病院が多い地域からの相談が多いことがわかった。

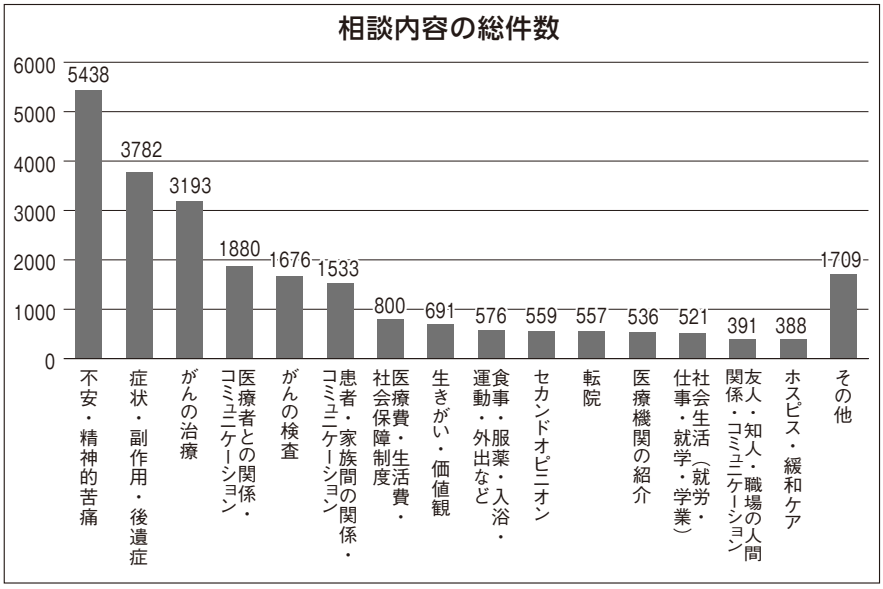
相談内容は一度の相談に複数の問題が絡んでいる場合が多く、相談員は複数の項目を選択できるようにしている。その中で最も比重の高い項目を集計すると、「症状・副作用・後遺症」が23.9％（2180件）と最も多く、次に「がんの治療」が21.2％（1931件）▽「不安・精神的苦痛」に関する相談が17.7％（1618件）と続いた。「グリーフケア」の相談も1.8％（164件）あった。

一方、相談項目をすべて集計した場合、最も多い相談は「不安・精神的苦痛」で5438件。次いで「症状・副作用・後遺症」3782件▽「がんの治療」3193件などの順になった。この結果から、どんな相談にも根底には不安があるといえそうだ。

本人と家族（配偶者、親、子、兄弟姉妹）では相談内容に違いがあった。本人からの相談は「症状・副作用・後遺症」が最も多く、家族からの相談は「がんの治療」が多かった。ただ、どちら







も「症状・副作用・後遺症」「不安・精神的苦痛」「がんの治療」の相談が上位３位を占めたことは共通している。

相談者（3362件）がホットラインを知った媒体は、インターネット（2359件）が最も多く、次にリーフレット（374件）が多かった。また、病院からの紹介や友人・知人、家族、患者会による口コミもあった。日本対がん協会が監修し、2022年２月に発売された書籍『がんの？に答える本 がん相談ホットラインによせられた100の質問と回答』（Gakken）を見て利用した人もいた。

相談者の自己申告で２度目以上の利用は59.8％（5458件）になった。新型コロナの影響で人と会いにくい状況や医療者との関わりが少ない状況が続いていると考えられる。それ以上に、病気のことを分かってくれる人と話がしたいという思いでかけてくる人が多い。

新型コロナに関する相談

2022年度の新型コロナウイルス感染症に関する相談は782件で、全相談件数に占める割合は8.6％だった。月別で最多は８月の103件。ホットラインでは、国内初の感染者確認が報道された2020年１月16日以降、新型コロナに関する相談が続いている。

患者は治療中の方が最も多く、経過観察中の方、精査中の方の順。相談内容のすべての項目を集計した結果、「その他」が218件と最も多いが、うち124件が新型コロナのワクチン接種に関する相談だった。次いで「面会」155件▽「治療」122件▽「感染や重症化の不安・恐怖」105件▽「症状」104件などが続いた。

ワクチンに関する相談は、接種するか否かをはじめ、接種のタイミング、がん治療への影響、接種後に出現した症状がワクチンによるのか、がんの影響かなど様々あった。

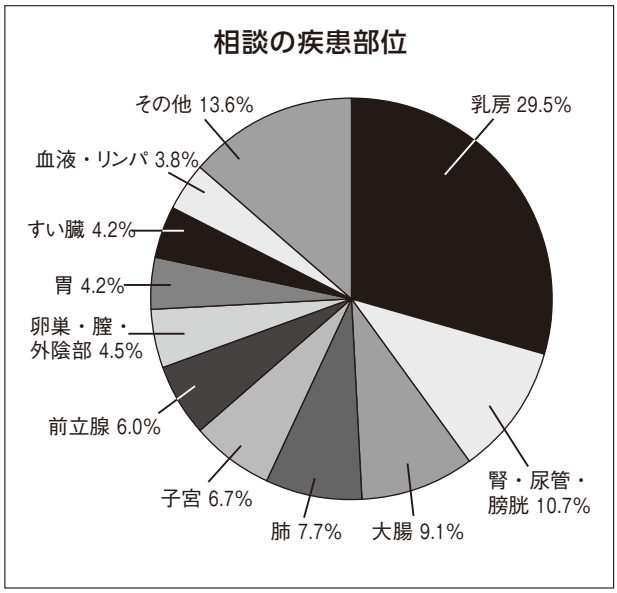
また、「面会」に関する相談では、感染拡大当初から病院が面会制限を行っているため、依然として「面会できなくて様子がわからない」「会えなくてつらい」といった相談が多かった。「治療」に関する相談は、患者・家族が感染または濃厚接触者になり、治療が延期になったという相談、コロナ感染で治療が遅れるのではないかという不安を訴える相談が多かった。「感染や重症化の不安・恐怖」の相談は、コロナ発生当初から多く寄せられている。

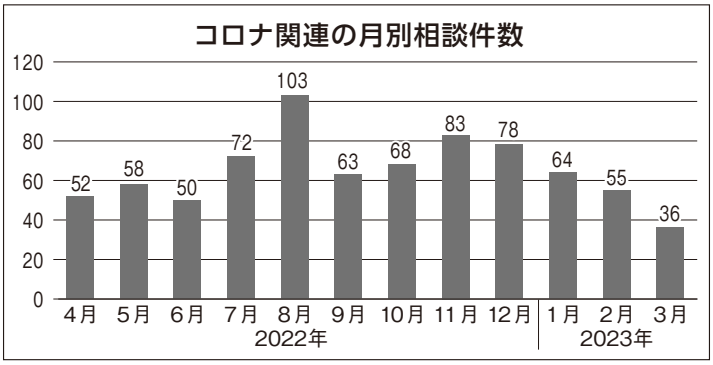
「症状」に関する相談は、前年度の34件から大幅に増えた。多くは患者自身がコロナに感染したことで、出現している症状がコロナによるものか、がんの症状か分からないという不安、がんが進行したのではないかという不安だった。

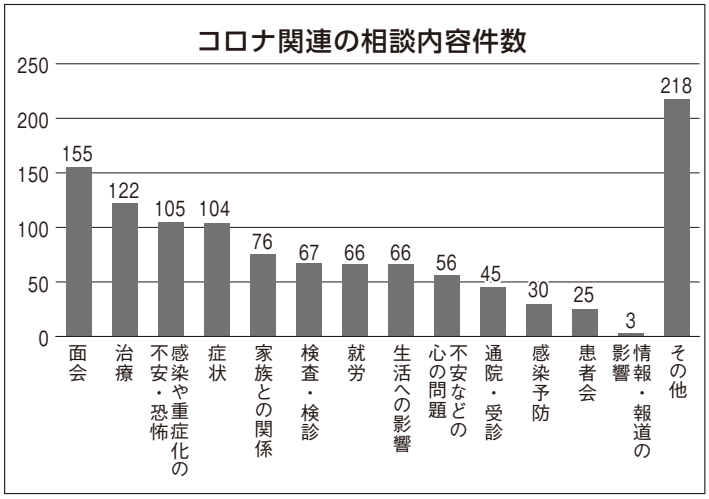
「その他」に含まれる相談には、「医療者との関係」に関する相談も多く、面会制限や通院の人数制限によって、担当医と十分に話ができない、担当医に質問ができないという声が多く聞かれた。また、面会ができないために在宅療養にするか否か迷うという「在宅」に関する相談も増えた。

気になった相談

ひとりっ子や兄弟姉妹と疎遠な人ががん患者の親を支える際、いろいろなことを一人で決めなければならない重圧がかかり、どうしていいかわからず困っているという相談がある。相談者の年代は40～60代が多いが、10～30代の若い世代もいる。親を失うかもしれない恐怖や、親ががんになったことを受け入れられない気持ち、何とか助かってほしいという必死な気持ちが特に強い。また、学業や仕事に影響して







自分の人生が大きく変わってしまいそうな不安を抱えている。誰かに相談したくても、友人の中に経験者はほぼいないため、気持ちを共有できる人がいない孤独感、つらさがある。

一方、40～60代以上は社会的な経験もあるためか、どうやって治療を決めたらいいか、何に気を付けて治療したらいいか、治療費や療養費、相続などのお金のこと、介護や療養場所など、具体的な相談が多い。自分がやらなければという責任感や、医療者側から治療などの重要な決定を委ねられて誰にも相談できず抱え込み、疲弊しているように感じられる。

親とのコミュニケーションが取れる場合は、どのように話し合っていくかを相談員も一緒に考える。コミュニケーションがうまく取れない場合は、元気なころの親との会話から感じた親の価値観や人生観を思い出してもらうこともある。また、主治医や他の医療者、周囲の信頼できる誰かに、遠慮なく相談すると良いと伝えている。

ホットラインでは、個々の悩みにともに向き合い、考え、問題解決の糸口を探している。さらに、その人にとって必要で身近な支援先を見つけ、一緒に支えてくれる自分のチームを作ることでその重荷を少しでも軽くできればと考え、対応している。

相談者からの感謝のことば

抗がん剤治療の副作用が怖い方

副作用が怖くて、治療する勇気がなかった。ホットラインに相談したことで、問題が起きたらその都度主治医や医療者と相談していけばいいと思えた。

これからがん治療が始まる方の妻

がんの疑いで受診したのに、すぐ治療が決まってしまい混乱して電話した。これからの事をイメージできるように説明してもらい、気持ちが落ち着いた。相談できる場所が見つかってほっとした。これからのことにひとつずつ向き合いながら、夫婦一緒に乗り越えていこうと思うので、また相談させてほしい。

親の主治医と意見が合わず興奮気味に電話してきた方

親の治療方針で、医師と意見が合わず困っていた。話をしながら気持ちが落ち着き、自分の気持ちを整理しながら話すことが出来た。今後も相談したい。

がんになった友人との関係性に悩む方

がんになった友人とどう付き合っていくか悩んでいた。話しを聞いてもらったことで、自分がどうしたいかということに気がついてすっきりした。

我慢のし過ぎで治療を頑張る気力がなくなっていた方

電話をかける前は、相談しても仕方がないと思っていました。でも、知らない人だと辛いって話せるんだなぁと思いました。聞いてくれてありがとう。今度からつらい時はつらいって話すようにします。

長く続く治療に疲弊していた方

明日の受診を思って気持ちが落ちこんでいたが、話していたら楽になりました。多分もう大丈夫です。明日頑張って病院に行ってきます。

副作用が思うように改善しなくて悩んでいた方

治療が終わったのに、副作用がなかなか良くならなくて焦っていました。身体の回復にはある程度時間がかかるものだとわかったので、もう少し辛抱してこの身体と付き合うことにします。そう思えるようになって、気持ちが楽になりました。

グリーフケア

夫が亡くなってからずっと元気がない自分に、友人が心配してホットラインを教えてくれた。電話して良かった。気持ちが楽になりました。

がんは怖い印象、２年以内の検診未受診が過半数、治療と仕事の両立は困難…

2023年 がん対策に関する世論調査　内閣府

内閣府は「がん対策に関する世論調査」の結果を公表した。がん対策に関する国民の意識を把握し、今後の施策の参考にすることを目的に2007年から実施している。今回は2023年７～８月、18歳以上の日本国籍を有する3000人に対し、「がんに対する印象について」「がんの予防・早期発見について」など６項目の質問票を郵送し、1626人から回答を得た。有効回収率は54.2%。

がんに対する印象について

「あなたは、がんについてどのような印象を持っていますか」との質問に対し、「怖い印象を持っている」(49.3%)▽「どちらかといえば怖い印象を持っている」(41.0%)との回答が９割を占めた。一方、「どちらかといえば怖い印象を持っていない」(5.2%)▽「怖い印象を持っていない」(2.0%)は合わせても回答の１割に満たなかった。

がんを怖いと思う人に対し、その理由を複数回答可で尋ねたところ、「がんで死に至る場合があるから」(81.6%)が最も多く、次いで「がんそのものや治療により、痛みなどの症状が出る場合があるから」(62.6%)▽「がんの治療や療養には、家族や親しい友人などに負担をかける場合があるから」(58.6%)▽「がんの治療費が高額になる場合があるから」(57.7%)などの回答があった。

がんの予防・早期発見について

「がんの予防・早期発見のために胃の内視鏡検査やマンモグラフィ撮影などによるがん検診が行われています。あなたは、ここ１～２年くらいの間に、がん検診を受けたことがありますか」との質問には、「１年以内に受診した」(32.8%)▽「２年以内に受診した」(9.9%)を合わせ、２年以内に受診した人は42.7%となった。

これに対し、「２年より前に受診した」との回答は20.8%、「今までがん検診を受けたことはない」との回答は34.9%となり、過半数の人が２年以内に受診していなかった。「今まで受けたことがない」との回答の割合を年代別にみると、18～29歳は84.7%▽30～39歳は52.3%▽40～49歳は30.5%▽50～59歳は27.5%▽60～69歳は25.0%▽70歳以上は26.9%だった。

がん検診を受診した理由(複数回答可)については、「家族・友人などの身近な人でがんにかかった人がいるから」(28.8%)▽「職場・学校での健康診断ですすめられたから」(28.1%)▽「自治体の広報で知ったから」(23.5%)▽「他疾患の通院中、医療者にすすめられたから」(16.9%)▽「その他」(18.4%)となった。

一方、受診していない理由(複数回答)では、「心配なときはいつでも医療機関を受診できるから」(23.9%)▽「費用がかかり経済的にも負担になるから」(23.2%)▽「受ける時間がないから」(21.2%)▽「その他」(10.9%)となり、「がん検診の対象者ではないから」(11.2%)との回答もあった。

がんの治療法及び病院に関する情報源について

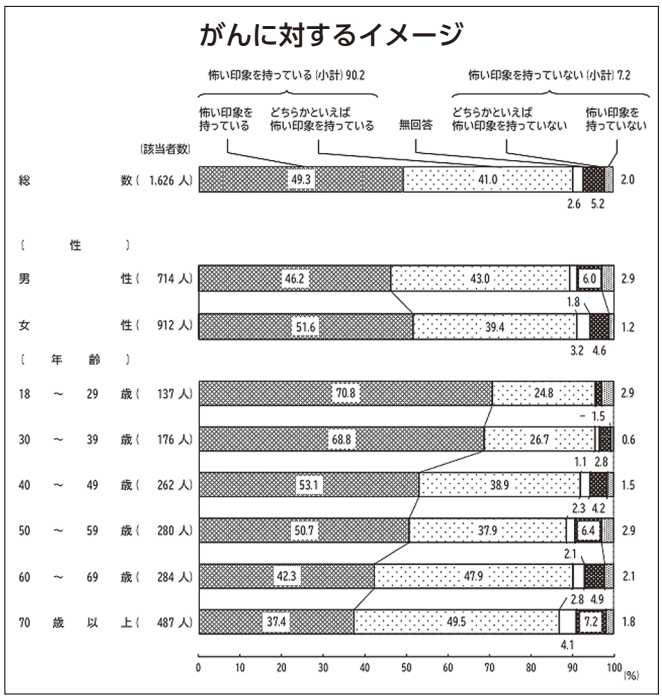
「あなたは、がんと診断された場合、がんの治療法や病院に関する情報について、どこから入手しようと思いますか」との質問に対する回答(複数回答可)は、「病院・診療所の医師・看護師やがん相談支援センター以外の相談窓口」(56.2%)▽「がん診療連携拠点病院の相談窓口であるがん相談支援センター」(43.8%)▽「家族・友人・知人」(36.7%)となった。

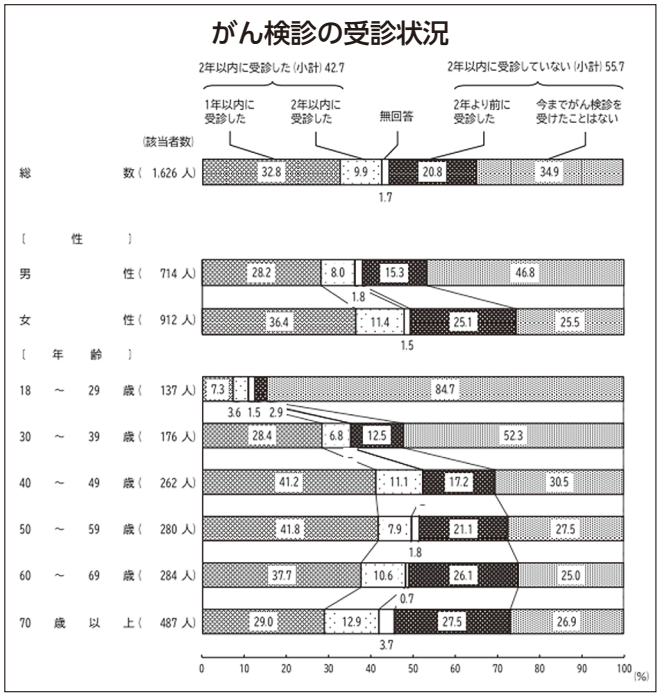
がん相談支援センターで得たい情報(複数回答可)については、「がんの治療内容に関する一般的な情報について」(82.7%)▽「治療費・保険などの経済面について」(79.5%)▽「退院後の生活など療養上の注意点について」(38.8%)▽「他の専門的な医療機関の情報について」(36.2%)▽「治療と仕事・学業の両立について」(31.3%)などがあった。

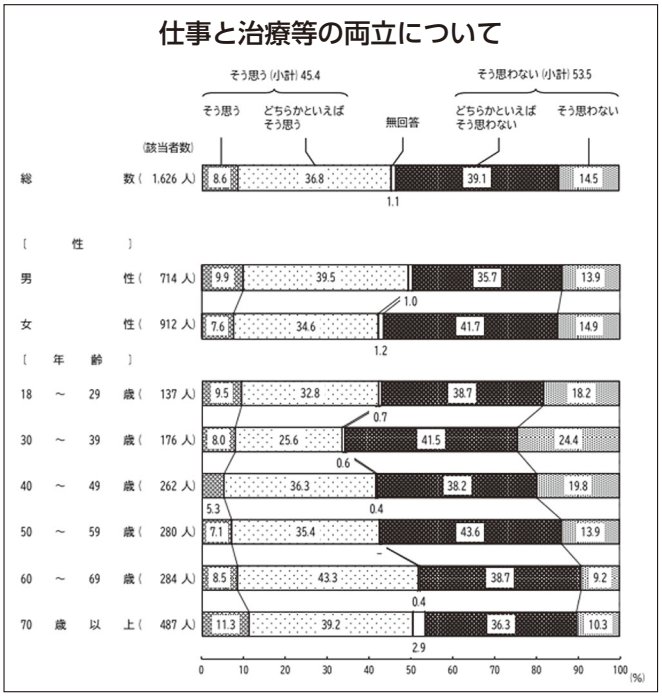
がん医療について

「インターネットなどで入手できるがんの治療法に関する情報の中には、手術や抗がん剤だけではなくさまざまな新しい治療法に関する情報があります。あなたは、これらの情報の中には、十分な科学的根拠がなく、注意を要するものがあると思いますか」との質問に対しては、「あると思う」(55.1%)▽「ある程度あると思う」(35.0%)となり、あると思う人が９割を占めた。「あまりないと思う」(5.5%)▽「ないと思う」(1.4%)はわずかだった。

がんと診断された場合、セカンド・オピニオンを受けることについては、「良いことだと思う」(75.3%)▽「どち







らかといえば良いことだと思う」(22.0%)となり、「どちらかといえば良いことだと思わない」(1.0%)▽「良いことだと思わない」(0.4%)はわずかだった。

がんの免疫療法に対する意識(複数回答可)では、「医師から薦められたら、がんの免疫療法を受けたいと思う」(52.5%)▽「がんの免疫療法に関する情報は、どれが正確な情報か判断が難しいと思う」(31.9%)▽「がんの免疫療法については知らなかった」(29.6%)▽「効果は限定的だと思う」(24.8%)との回答が多かった。

緩和ケアを開始すべき時期については、「がんと診断されたときから」(49.7%)▽「がんの治療が始まったときから」(25.5%)▽「がんが治る見込みがなくなったときから」(22.0%)となった。

医療用麻薬に対する意識(複数回答可)については、「正しく使用すればがんの痛みに効果的だと思う」(67.2%)▽「正しく使用すれば安全だと思う」(43.9%)▽「最後の手段だと思う」(29.0%)▽「だんだん効かなくなると思う」(27.7%)との回答が多かった。

がん患者と社会とのつながりについて

「あなたががんと診断されたら、家族や友人などだれか身近な人にがんのことを話せると思いますか」との質問に対し、「話せると思う」(67.8%)▽「どちらかといえば話せると思う」(25.4%)が多かった一方、「どちらかといえば話せると思わない」(5.1%)▽「話せると思わない」(1.0%)との回答もあった。

仕事と治療等の両立について、「がんの治療や検査のために2週間に一度程度病院に通う必要がある場合、現在の日本の社会は、働き続けられる環境だと思いますか」と尋ねたところ、「そう思う」(8.6%)▽「どちらかといえばそう思う」(36.8%)の合計に対し、「どちらかといえばそう思わない」(39.1%)▽「そう思わない」(14.5%)の合計が上回った。

両立を困難にする最大の要因としては、「代わりに仕事をする人がいない、または、いても頼みにくいから」(22.3%)▽「職場が休むことを許してくれるかどうかわからないから」(15.7%)▽「休むと職場での評価が下がるから」(4.4%)▽「がんの治療・検査と仕事の両立が体力的に困難だから」(28.4%)▽「がんの治療・検査と仕事の両立が精神的に困難だから」(14.7%)が挙げられた。

がん対策に関する政府への要望について

「あなたは、がん対策について、政府としてどういったことに力を入れてほしいと思いますか」との質問(複数回答可)に対し、「拠点病院の充実などのがん医療に関わる医療機関の整備」(68.2%)▽「仕事・学校を続けられるための相談・支援体制の整備」(51.8%)▽「がんに関する専門的医療従事者の育成」(49.5%)▽「がんに関する相談やその支援」(46.0%)▽「がん検診によるがんの早期発見」(43.8%)との回答が多かった。

国が進める「患者・市民参画」については、「内容も含め知っている」(2.0%)▽「言葉だけは知っている」(13.6%)▽「知らない」(83.9%)と大半が知らないと回答した。

「患者・市民参画」への関わり方については、「対策を進めるためには国民の協力が広く必要であり、積極的に関わりたい」(8.6%)▽「積極的に関わりたいが、どう関わればよいかよくわからない」(52.4%)▽「積極的に関わりたいとは思わない」(28.5%)▽「対策を進めるのは国や専門家であり、積極的に関わるつもりはない」(9.1%)となった。

「どう関わればよいかよくわからない」「積極的に関わりたいとは思わない」と考える理由(複数回答可)は、「がんの医療やその対策について知識がないから」(68.9%)▽「地域でどのようにがんの医療が提供されているかについて知識がないから」(68.3%)▽「医療保険制度などの公的な仕組みについて知識がないから」(53.9%)などの回答が多かった。

新たな
がん研究戦略へ

「予防」「診断・治療」「共生」など５つの分野に重点

厚生労働省の有識者会議が報告書

厚生労働省「今後のがん研究のあり方に関する有識者会議」（座長＝中釜斉・国立がん研究センター理事長）は、国として進めるがん研究のあるべき方向性と具体的な研究事項などを検討し、2024年度から始まる新たながん研究戦略の指針となる報告書をまとめた。

日本では、がんは1981年以降、死因の第１位であり、2022年には約39万人ががんで亡くなっている。また、2019年に約100万人が新たにがんと診断されており、生涯で２人に１人ががんになると推計されている。年代別の死因では小児の約10％、20～64歳の約36％を占める。人口の高齢化に伴うがん患者の増加により、がん死亡者数は今後も増加するとみられる。一方で、がん患者・経験者の予後は改善されており、仕事との両立などがんとの共生に関するニーズは高まっている。

こうした中、「誰一人取り残さないがん対策を推進し、全ての国民とがんの克服を目指す。」との全体目標を掲げた第４期がん対策推進基本計画が閣議決定された。第４期基本計画は「がん予防」「がん医療」「がんとの共生」を三つの柱とし、がん研究はこれらを支える基盤に位置づけられた。がん予防に役立てる技術開発の推進、医薬品・医療機器等の開発によるがん医療の充実を図るとともに、がん患者・家族等の療養生活に関わる政策課題の解決を図ることが目標に掲げられている。

新たながん研究戦略は、根治を目指した治療法の開発や、がん患者・家族等の個々のニーズに応じた苦痛の軽減、がんの予防と早期発見、がんとの共生など従来の考えを引き継ぎつつ、第４期基本計画の全体目標達成に向け、実社会での活用を意識したがん研究を進める。

具体的な研究項目としては、①「がんの予防」に関する研究、②「がんの診断・治療」に関する研究、③「がんとの共生」に関する研究、④ライフステージやがんの特性に着目した研究領域、⑤がんの予防、がんの診断・治療の開発、がんとの共生を促進するための分野横断的な研究の五つが掲げられている。

報告書は、五つの項目ごとに現状と課題、研究の具体例を挙げている。このうち「がんの予防」に関する研究では、新たな１次、２次予防の実現に向け、発がんリスクの層別化・個別化を行い、個人に最適化されたがん予防の確立が求められている、としている。

研究の具体例は、エビデンスが不十分な遺伝要因や環境要因等が発がんリスクに与える影響に関する研究▽アジア地域で特に多いがんの１次予防に関する研究▽簡便で幅広く実施できる予防手法や社会システムを用いた介入方法に関する研究などが挙げられた。

２次予防では、がん検診における死亡率減少効果の代替指標や新たな技術の導入・検証方法に関する研究▽新たな検診手法の実用化を目指した研究▽希少がん・難治性がんの検診の妥当性や有効性に関する研究などが挙げられている。

報告書は、研究を効果的に進めるための環境整備についても言及しており、臨床試験や症例データベースなどの国際的な連携▽AIなど情報技術を含む幅広い知識を備えたがん研究者ら人材の育成▽がん研究を含むがん対策を理解し、がん患者や国民が研究者・医療従事者と連携して主体的に対策に取り組む患者・市民参画が必要だとしている。

報告書には、研究の効果的な推進のため、現行制度に対する有識者会議の意見も掲載されている。

製薬・薬事については、国外での薬剤開発の状況を把握しながら、スタートアップを含む国内企業が開発を進められるような国の支援▽採算を取りにくい薬剤の開発・販売に対する国の経済的支援（治療の有効性が期待できる患者を特定する研究、小児がん、希少がん等に対する治療開発、ドラッグリポジショニングに関する研究等）などが挙げられた。

また、治療薬へのアクセスに関しては、国外で安全性が示された治療薬などを速やかに利用できる環境の整備▽がん患者・家族が治験情報に容易にアクセスできる情報提供のあり方の検討などの意見が出されている。

最後に、報告書は、新たに策定される「がん研究戦略」は、各研究において得られた成果を臨床現場まで届けるには一定の期間が必要とされることや、基本計画との関係等も踏まえつつ、おおむね10年程度を想定して進められることが望ましいとした。

また、がん研究の進捗状況や、国内外のがん研究の推進状況の全体像、がん患者をはじめ国民のニーズを正確に把握したうえで、基本計画見直しも踏まえ、「がん研究戦略」の中間評価と見直しが必要だとした。

古本で日本対がん協会に寄付ができます
読み終えた本やDVDなどを活用しませんか？
charibon by VALUE BOOKS
詳しくは「チャリボン」 https://www.charibon.jp/partner/jcs/
（ISDNのバーコードがついた書籍類が対象です）
お問合せ（株式会社バリューブックス）：0120－826－295
受付時間：10:00－21:00（月～土）　10:00－17:00（日）

東京都内の３校でがん教育　がん専門医、協会職員が講師

がんの基礎知識や命の大切さを伝える

日本対がん協会は11月、東京都立葛飾ろう学校、日野市立滝合小学校、大田区立矢口中学校が行ったがん教育の授業や講演会に協力し、がん専門医やがんサバイバーの職員を外部講師として派遣。がんに関する基礎知識や闘病体験を通じて命の大切さなどを伝えた。

東京都立葛飾ろう学校

葛飾ろう学校は13日、がん教育講演会を開き、高等部１年生と中学部２年生、教員ら約20人が受講した。保健の授業で学んだがんに関する知識をさらに深める狙いがある。日本対がん協会がんサバイバー・クラブの濱島明美職員が講師となり、がんの基本的な知識や乳がんの経験を通し、命の大切さを伝えた。

がん細胞は体の細胞が増えるうち、遺伝子の変化が原因になって生じる。加齢や遺伝子、生活習慣などさまざまな要因があり、がんは誰にでも起こり得る。100％の予防はできないが、禁煙や運動、食事などの生活習慣、ワクチン接種などでリスクを下げることはできる。「がんになるのは誰のせいでもない」と話し、がん検診で早期にがんを見つけ、適切な治療を受ければ生存率は上がると説明した。

濱島職員は29歳の時、胸のしこりに気づき、病院で乳がんと診断された。当時は受け入れられず、子どもに話せないまま手術を受けた。抗がん剤治療に伴う脱毛や、子どもとの時間を過ごすため一時的に仕事を辞めて転居したこと、がんの芸能人の訃報に子どもが心配したことがつらかった。その後、がんも個性として前向きに生きようと考えたという。

現在、再発に伴う抗がん剤治療を続けている濱島職員は、体に異変があれば病院へ行くこと、正しい情報源からがんを正しく知ることが大切と話し、周りに患者がいたら「困ったことない？」「手伝うよ」と声をかけ、寄り添ってほしいと呼びかけた。

質疑応答では、小児がんについて質問があった。小児がんは０～15歳未満の子どもがかかるがんの総称で、がんの種類では白血病や脳腫瘍、リンパ腫が多い。最近では治療後の生存率も上がり、治せるようになってきたと説明した。

手話通訳のボランティアとともに講演する濱島職員（左）

日野市立滝合小学校

滝合小学校は17日、６年生約60人を対象に、がんをテーマにした保健の授業を行った。がん患者の気持ちや生活を知り、毎日の生活や健康、生きることの大切さを児童に考えてもらうという。がん患者・家族の支援やがん征圧をめざすチャリティ活動「リレー・フォー・ライフ」を担当する阿蘇敏之職員が講師を務め、がんが発生する仕組み、治療方法の種類や決め方など、自身の経験やクイズを交えて解説した。

がんは異常な細胞が増え続け、正常な細胞の邪魔をするようになる。がんと診断されたら医師と話し合って治療方法を決める。誰でも可能性があるが、検診でがんを早く見つけることができ、適切な治療で約９割は治せる。ただし、検診で見つからないがんもあるため、何か症状があれば医師に診てもらうことが大切だと話した。

阿蘇職員は20歳で結婚する直前、精巣がんが見つかり手術を受けた。結婚後、２児の父になり、子育てや仕事でがんを忘れていた43歳の時、転移による後腹膜胚細胞腫瘍が見つかった。治療中、家族や知人、医療者らに支えられて「ひとりじゃない」と感じたという。また、家族との会話や笑顔が増え、子どもの成長など目標をもって治療に挑めたという。治療ではつらく、痛いこともあったが、うれしいこともあったと振り返った。そのうえで「話を聞いて感じたことや思ったことを家で話してみて下さい」と締めくくった。

質疑応答では「がん細胞は１日にどのくらいできる？」「手術後から退院までどのくらいかかる？」「抗がん剤治療中の食べ物は？」「手術の時間は？」などの質問が出た。「励ましの言葉は？」との質問に、阿蘇職員は「いつも通りに接してくれたことがうれしかった」。

児童は「がんの治療のことなど詳しく知ることができ、一人じゃないことがわかりました。私たちも笑顔で生活していきたい」と話した。

がんを早く見つけられる検診について話す阿蘇職員

大田区立矢口中学校

矢口中学校では24日、総合的な学習の時間にがん教育の授業を行い、２年生約150人が参加した。がんについて学び、命の尊さや生きることの意義を考えるきっかけにしたいという。虎の門病院臨床腫瘍科部長の三浦裕司医師が講師を務めた。

「がんと聞くと、どんなイメージがある？」など、三浦医師は生徒へ質問やクイズを交えながら授業を進め、「どんな病気なのか正しく知る。知れば対策ができる。正しく怖がり正しく対処することが大切です」と語った。

がんは紀元前2500年ごろ古代エジプトの時代から記録があるが、細胞から生じる病気だとわかってきたのは100年ほど前から。１個の異常な細胞が１㎝になるまで乳がんだと10～20年かかるが、１㎝から２㎝に大きくなるのは１～２年と短いため、定期的にがん検診を受けることが大切だとした。

喫煙や飲酒などの生活習慣、生まれつきの体質（遺伝）、細菌・ウイルス感染のほか、原因不明のがんも少なくない。患者に接する場合、生活習慣が乱れた人との偏見をなくし、「相手がどう感じるか想像して」と述べ、身近な人なら今まで通りで良いとアドバイスした。

また、高齢化でがん患者の増加が予想されることや、喫煙で周囲（受動喫煙）のリスクも上がることなど、がんに関する身近な問題を指摘し、自分たちでできる対処法として、生活習慣の見直しやワクチン接種などを紹介した。

生徒からは「がんに対するイメージが変わった。正しい知識が大切だとわかりました」との感想が聞かれた。

クイズ形式で、がんの発生と進行について解説する三浦医師

相続・遺言セミナー

「おひとりさま、おふたりさまが いまから準備したいこと」

12月15日　オンラインで開催　日本対がん協会など４団体

日本対がん協会など４団体は12月15日午後２時から、相続・遺言セミナー「おひとりさま、おふたりさまが いまから準備したいこと」をオンラインで開催する。講師は、キャストグローバルグループ所属行政書士で、相続及び生前対策が専門の脇美沙稀さん。セミナー開催には遺贈寄附推進機構株式会社も協力する。

脇 美沙稀さん

遺言への関心は年々高まっているものの、「遺言は財産が多い人、家族の間でもめそうな人のためのもの」と考える人は少なくないようだ。脇さんは相続、遺言、死後事務、家族信託、任意後見に総合的に携わっており、講演では「遺言のススメ～最後の手紙を書きませんか」とのテーマで、財産の額や家族関係にかかわらず、自分自身が遺す「最後の手紙」としての遺言の活用方法について話してもらう。

講演後は、質問コーナー「教えて！脇先生」と題し、遺言書の作成に関する疑問などに対し、脇さんに分かりやすく解説してもらう。主催団体に寄せられる「よくある相談」の事例から、おひとりさまやおふたりさまが知っておきたい相続・遺言のポイントも紹介する。

また、公益財団法人日本対がん協会、特定非営利活動法人国境なき医師団日本、特定非営利活動法人ピースウィンズ・ジャパン、特定非営利活動法人キッズドアの主催４団体が社会課題の解決へ向けた活動を報告し、遺贈寄付にまつわるエピソードも紹介する。

参加無料。受講希望者はインターネット（https://ws.formzu.net/dist/S45253586/）か、住所・氏名・年齢・電話番号を明記してメール（kifu@jcancer.jp）で申し込む。締め切りは12月14日午後１時。問い合わせは、日本対がん協会（電話：03-3541-4771、メール：kifu@jcancer.jp）へ。

がん相談ホットライン 03－3541－7830

毎日受け付けています
時間は当分の間、10：00～13：00　15：00～18：00
社会保険労務士による「がんと就労」電話相談の予約はインターネットの専用フォームで受け付けます。がん専門医による相談は今年度休止します

社労士による電話相談

態勢縮小のため
電話がつながりにくい
ことがあります。
何卒ご了承ください