



山梨県 健康管理事業団

だより

平成22年 春

- ・シンポジウム
- ・女性の健康週間
- ・ほっとほっと情報

発行：財団法人山梨県健康管理事業団
〒400-0034 甲府市宝1丁目4-16
TEL：055-225-2804 FAX：055-225-2809

シンポジウム開催

「がん検診受診率、一層の向上をめざして」
～これからのがん検診について～

平成22年2月25日に山梨県立男女共同参画推進センターにおいて、シンポジウムを開催しました。一般県民の皆様や医療関係者、市町村の保健師約150名のご参加をいただきました。事業団では初めてのシンポジウムの開催でしたが、多くの関係機関の皆様にご協力をいただき無事に終わることができました。

国では、乳がん・子宮頸がん検診の一部無料化や、がん検診受診率を5年以内に50%と掲げ、がん検診による早期発見、早期治療で命が救われる取り組みを推進しています。これらを踏まえ、がん検診の受診率を上げるための情報提供や取り組みの方法などを話し合いました。

基調講演では、「がん検診の勧め」と題し、組合立飯富病院院長田忠孝院長に講演をいただきました。講演後は、山梨県福祉保健部健康増進課課長補佐 深澤武彦氏、山梨県健康管理事業団仙洞田保専務理事、笛吹市愛育会副会長石原まゆみ氏、飯富病院院長 長田忠孝氏をパネリストに迎え、パネルディスカッションを行いました。コーディネーターを日本対がん協会マネージャー 小西宏氏に務めていただきました。



後援団体

山梨県・山梨県医師会・山梨県市長会・山梨県町村会・山梨県健診機関連絡会議・山梨県愛育連合会・山梨ホスピス協会・山梨日日新聞・朝日新聞甲府総局・NHK甲府放送局・山梨放送・テレビ山梨

ご協力ありがとうございました。

女性の健康週間

3月1日～8日まで

平成19年4月に策定された「新健康フロンティア戦略」において、「女性の健康」が柱の一つに位置づけられ、女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを総合的に支援するため、「女性の健康週間」を創設し、女性の健康づく

りを国民運動として展開することとされております。

がんの予防啓発のシンボルのリボンはそれぞれ部位によってその色が異なります。



①ピンクリボン
乳がん



②ティール&ホワイトリボン
子宮頸がん

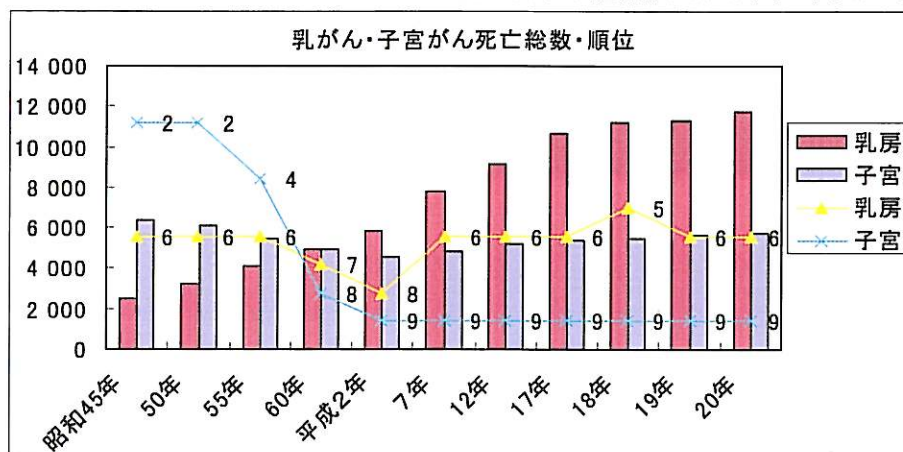


③ピーチリボン
子宮体がん



④ティールリボン
卵巣がん

＜NPO法人・女性特有のガンのサポートグループ オレンジティホームページより＞

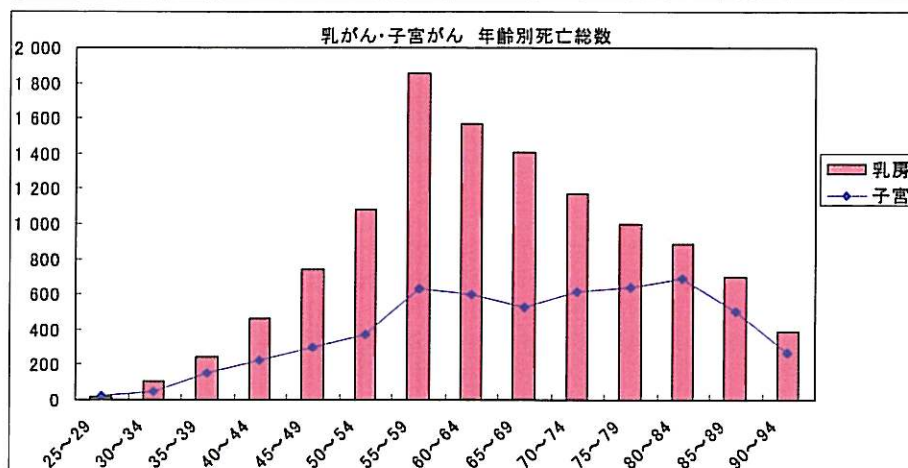


女性特有のがんである乳がん・子宮がん（頸がん・体がん）の年次死亡数・順位です。

乳がんは年々増加傾向にあり、女性がん死亡の部位別第6位です。

子宮がんは昭和45年から年々減ってきていましたが、また微増傾向にあります。

年齢別に見ると、乳がん・子宮がんとも55～59歳がピークになっています。しかし、若年（25～29歳）でも亡くなっている方もいることから若い頃からの検診がとても大事になります。



＜厚生労働省 人口動態統計より＞

Q：乳がんって？

A：多くは乳管で発生する乳管がんで、乳腺小葉で発生する小葉がんが続きます。このほかに特殊な型の乳がんがありますが、あまり多くありません。乳がんが発生しやすい場所としては、乳首を中心に乳房を4つに分けると、一番多いのは乳房の外側の上の方（全体の50%）、次いで内側の上（30%）、外側の下（16%）、それから乳首付近（9%）、最後に内側の下（9%）の順です。

Q：視触診とは？

A：医師が目で乳房を観察してくぼみがないか、手で触れてしこりがないか、リンパ節が腫れていないか、乳頭から分泌物がないかなどを観察します。触診で発見できるものは、ある程度の大きさになったしこりです。

Q：乳房X線（マンモグラフィ）検査とは？

A：乳房をプラスチックの板ではさんで平たくし、乳房専用のX線装置で乳房全体を撮影します。基本的に1方向か2方向から撮影します。40歳代は乳腺密度が高い人が多いため2方向、50歳以上は1方向からの撮影をしているところもあります。

医師の触診や自己触診では発見できないしこりや、石灰化のある小さな乳がんの発見に適しています。優れた検査方法ですが、若くて乳腺が発達している場合、X線の特性上、乳がんを判別しにくい場合があります。また妊娠中や妊娠の可能性のある人、授乳中の人などは受診できないことがあります。乳房を平たくしてはさむので多少痛みを伴うことがあります。

Q：超音波検査とは？

A：超音波を使って乳房の病変を検査する方法です。医師の視触診や自己触診では発見できないしこりや、見つかったしこりが良性か悪性かといった診断に用いられています。乳腺密度の高い人や若い人への検査に適しているといわれています。レディース健診では、視触診以外のマンモグラフィと超音波の検診を行っています。

Q：乳がんの予防方法は？

A：定期的に検診を受けること。また、毎月1回の自己触診が大事です。

Q：子宮がんって？

A：子宮がんは、「子宮頸がん」と「子宮体がん」の2種類に分けられています。子宮頸がんが多く発生するのは、子宮頸部の入り口である外子宮口のあたりです。20～30代の若い女性に急増しています。また、子宮体がんは、「子宮内膜がん」とも言われるように、子宮内膜に多く発生します。内膜は生理のときにはがれてしまうので、閉経前に子宮体がん発生することはまれだといわれています。年齢別にみた発生率は、40歳代後半から増加して50歳代から60歳代にピークを迎え、その後減少しています。

子宮頸がんは、ヒト・パピローマウイルス（HPV）というウイルスの感染が原因で起こることが知られています。HPVはとてもありふれたウイルスで、性交渉の経験がある女性の80%以上が、生涯に一度は感染するといわれています。

Q：子宮頸がん検診の方法は？

もっとも一般的な検査は細胞診です。

Q：子宮頸部細胞診とは？

A：外子宮口付近を綿棒またはヘラのようなものでこすって細胞を採取し、顕微鏡で診断する方法です。簡単で痛みもほとんどありません。集団検診ではこの方法だけを行うことが一般的ですが、炎症でもがんと紛らわしい細胞が出現することがあるため、細胞診だけでがんを診断することはありません。月経直前や直後などで出血がある場合は、目的とする細胞が十分に採れない場合があります。また検査後、出血のため赤いおりものが出てくる場合があります。

Q：子宮頸がん予防法は？

A：09年10月6日、10歳以上の女性に子宮頸がん予防のためのワクチンが日本で初めて承認されました。第一に接種すべき対象として推奨するのは11～14歳。ハイリスクHPVの感染を防ぐためのワクチンなので、初交前に接種することが理想とされています。次に接種すべき対象として推奨するのは、15歳～45歳です。

現時点では任意による接種が認められた段階で、費用は自己負担となっています。ワクチン3回接種で4～6万程度かかります。

ほっとほっと情報

レディース健診を終えて・・・

冬期に実施しているレディース健診が、今年度も終了しました。今年も大勢の方に受診していただきました。

〈アンケートより〉

- ・丁寧な対応と説明で大変気持ち良かった
- ・ビデオや資料も参考になった
- ・土、日に健診があり受けやすい
- ・エコーのジェルが温かい

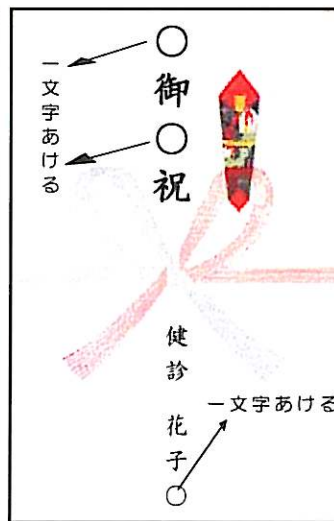
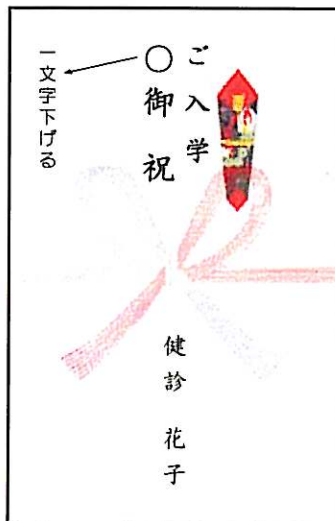
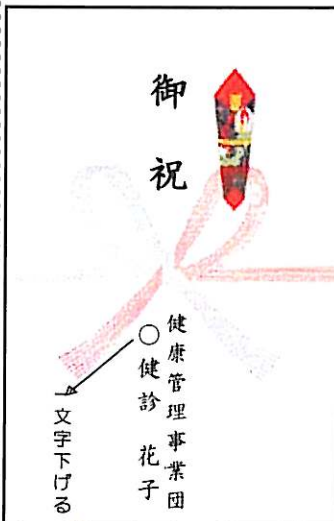
	平成21年度				平成20年度 受診者数
	受診者数	マンモ	エコー	子宮	
11月	(3日間) 78名	62名	67名	41名	(4日間) 94名
12月	(3日間) 48名	39名	38名	21名	(4日間) 58名
1月	(3日間) 76名	54名	68名	26名	(6日間) 77名
2月	(3日間) 94名	74名	81名	52名	(7日間) 119名
3月	(3日間) 87名	50名	78名	43名	(6日間) 125名
合計	(15日間) 383名	279名	332名	184名	(27日間) 473名

- ・費用も病院で受けるより安く、待ち時間がない
- ・血液検査やホルモン検査があるといい etc...

来年度も皆様からいただいた意見を参考に、多くの方に受けていただけるようにしていきたいと思っております。ありがとうございました。

女性のためのすぐ使えるマナー講座

春は、卒業式や入学式などがあり、何かとお祝いを差し上げる機会がたくさんあります。今回は祝儀袋の基本的な書き方をご紹介します。



※表書きは、毛筆、筆ペン、サインペンを使用し、濃い墨色で書きます。「結婚御祝」、「御結婚祝」などの四文字は避けましょう。

次に、結婚披露宴に招待されたときの、返信用はがきの書き方はこのようになります。

欠席

出席

表書

御著名 健診 桃子

御住所 甲府市宝一丁目四十六

御欠席

ご結婚めでとうございます。このたびは、お招きいただきありがとうございます。当日は残念ですが、失礼をさせていただきます。○に付

御著名 健診 桃子

御住所 甲府市宝一丁目四十六

御出席

ご結婚めでとうございます。このたびは、お招きいただきありがとうございます。喜んで出席をさせていただきます。

4000034

甲府市宝一丁目四十六

健診 花子 様 術

心得：招待状を返信するときから出席が始まっています。お祝いをこめて正しく返信をします。また、お祝いの鮮度を大切に返信は三日以内にします。一言、二言メッセージを添えると良いでしょう。欠席の場合は、あまり早すぎず一週間を目途に返信します。