

自己紹介

藤野 信子 主婦 上尾市在住

乳がんサバイバー 13年目

リレー・フォー・ライフ・ジャパン
さいたま実行委員会



Save Lives

迷わせない

困らせない

ひとりにさせない

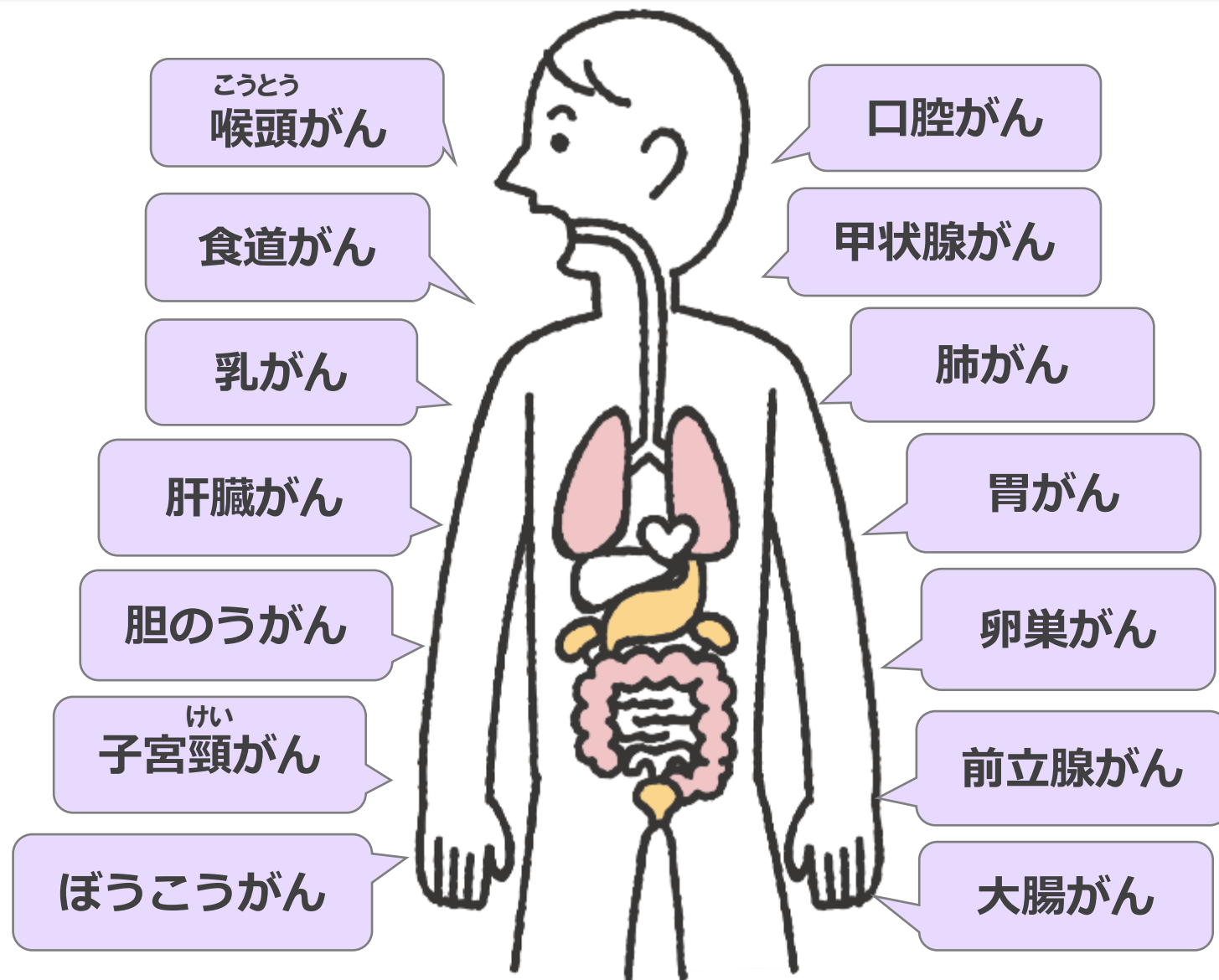
伝えたいこと

One and Only

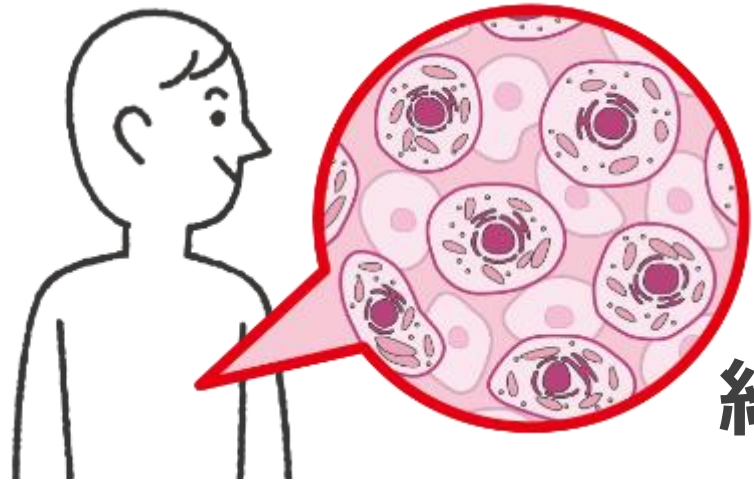
唯一無二

大切な命

がんはどこにできるか

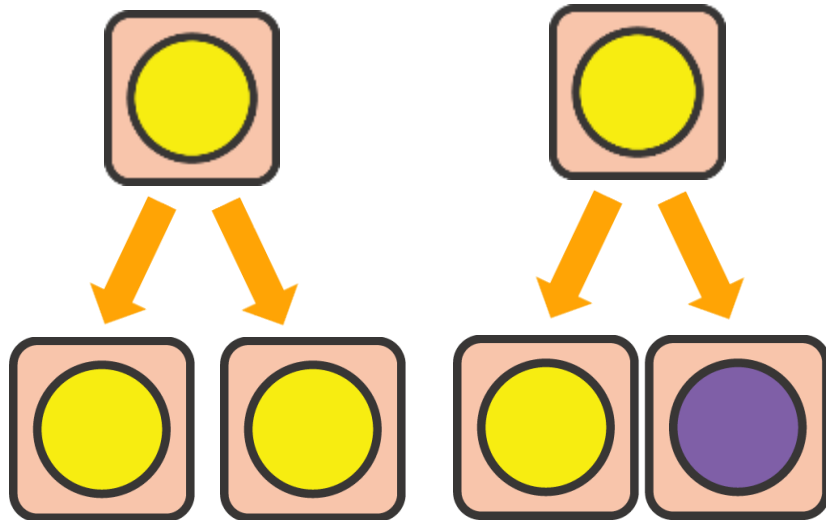


がんのしくみ



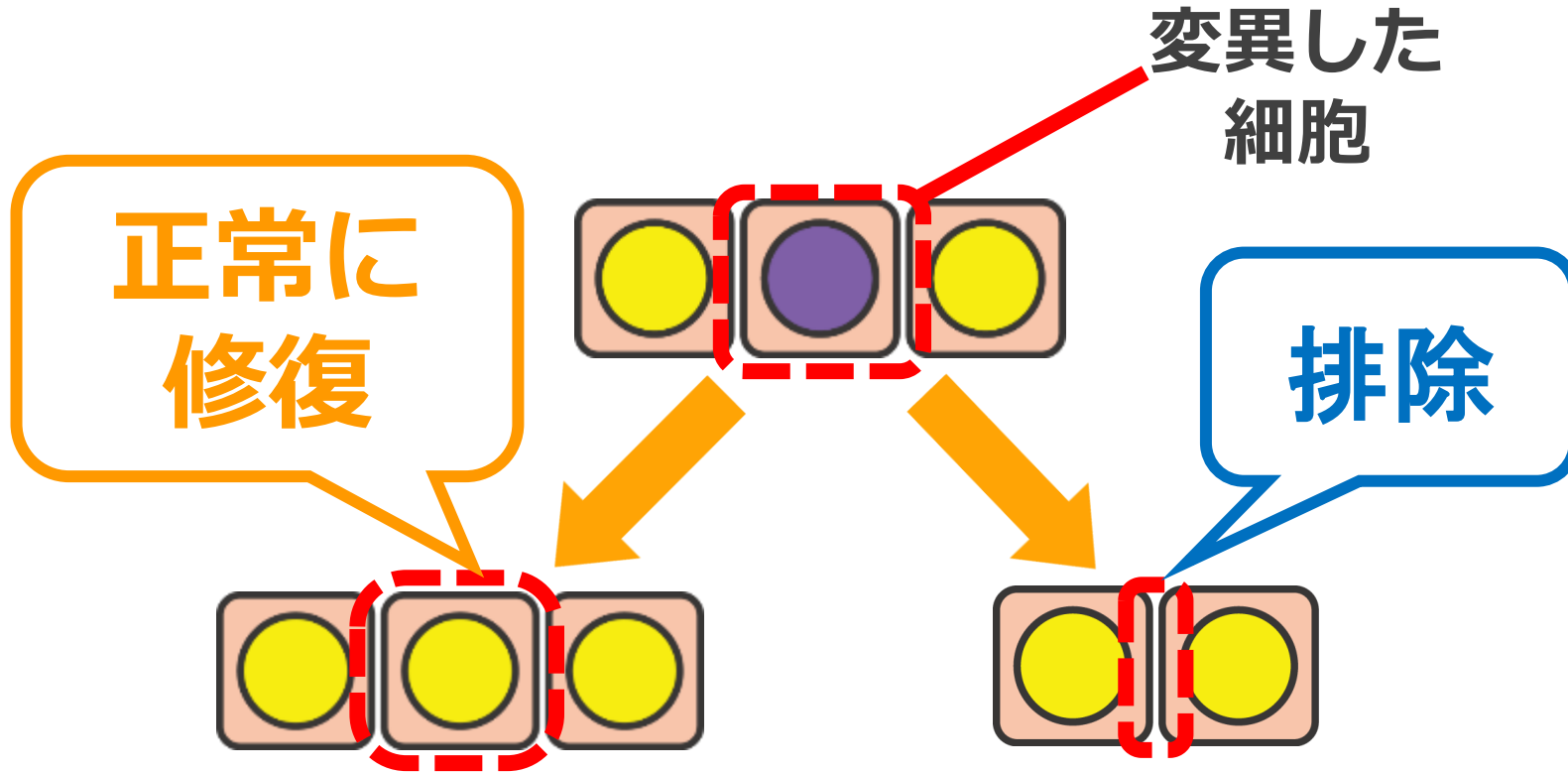
約37兆個

わたしたちの
体の細胞は
毎日分裂し
新しくなっている



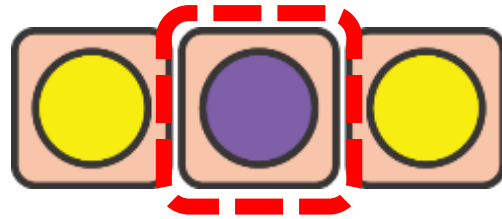
細胞分裂するとき
変異
が起こることがある

変異した細胞はどうなるの？

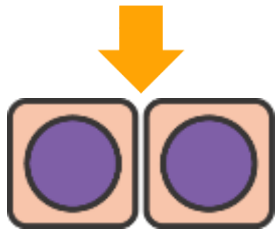


修復や排除により
正常に保たれるしくみがある

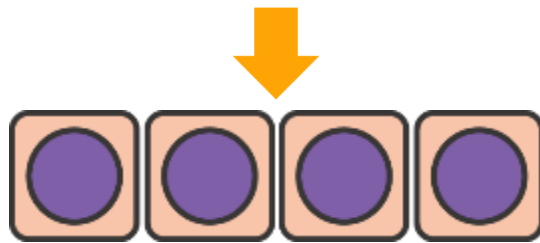
修復のしくみが働かないとどうなるの？



異常な細胞ができる



異常な細胞が無秩序に
増えてかたまりになる

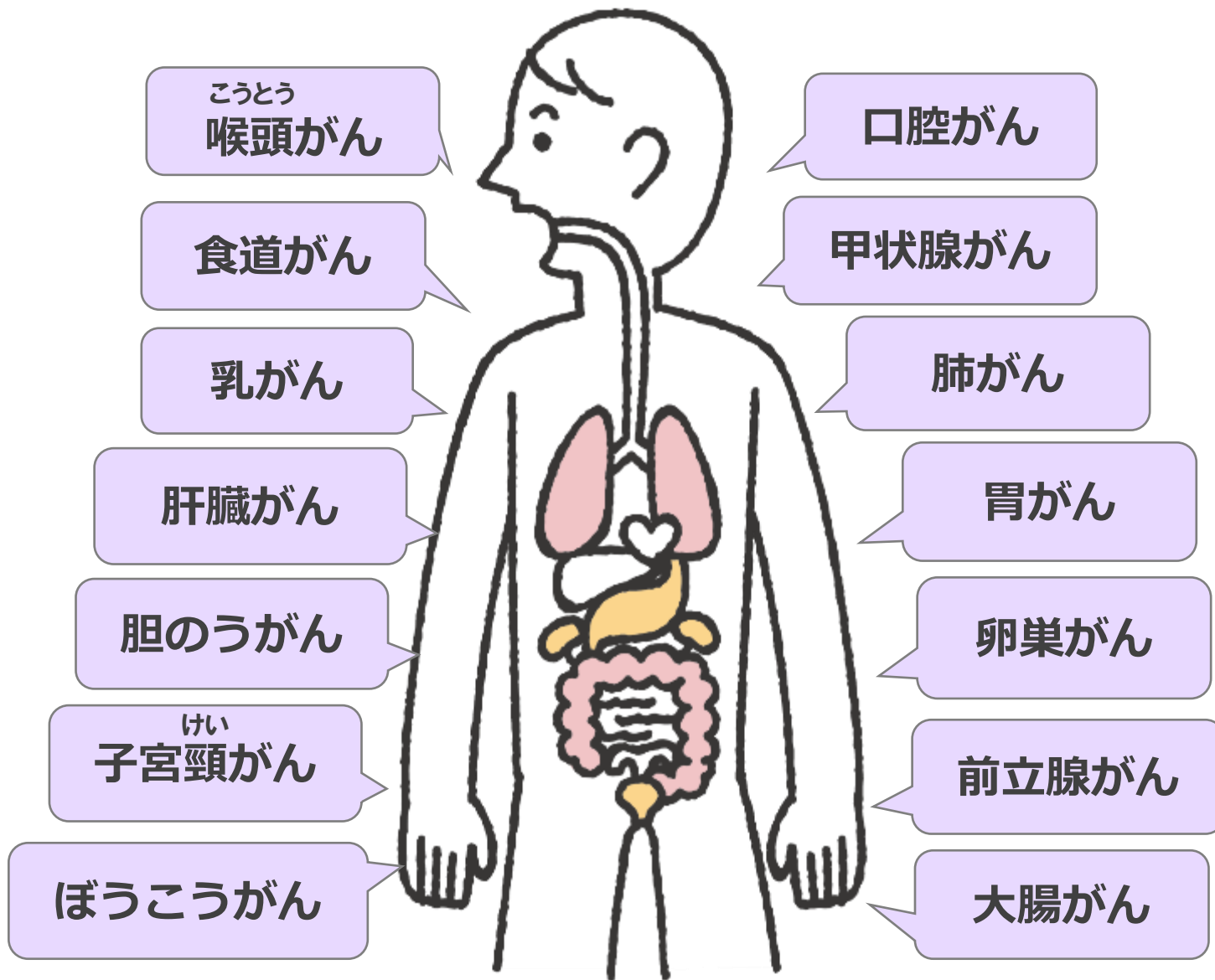


悪性のものを
がん という

腫瘍

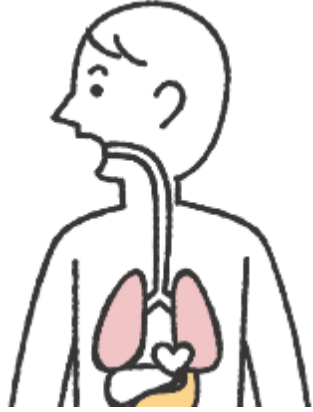
周りに広がりやすくなり
血管などに入り込んで全身に広がる

がんはどこにできるか - 2 -



**細胞が分裂する
全ての臓器に
がんができる
可能性がある**

がんのできにくいところがある



**心臓の筋肉
(心筋)**

心臓の筋肉はほとんど細胞分裂しない



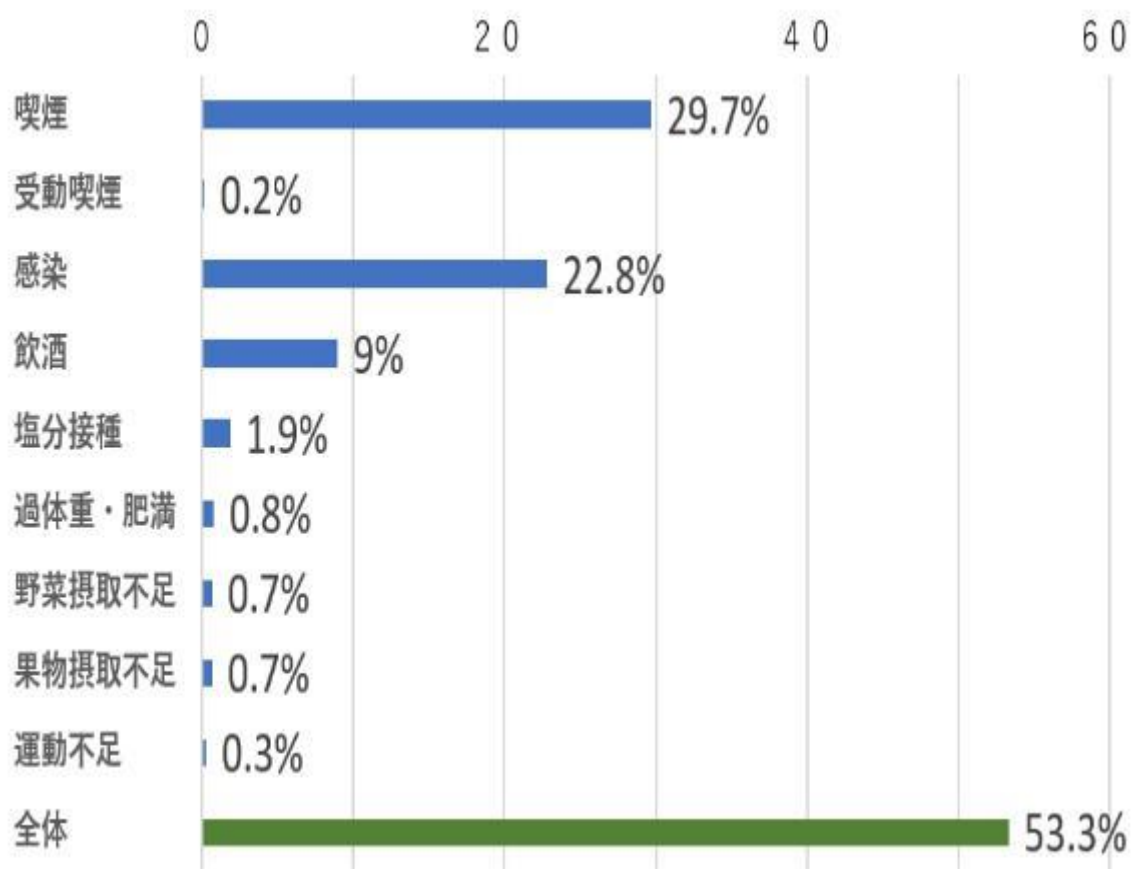
細胞の変異が起こりにくい



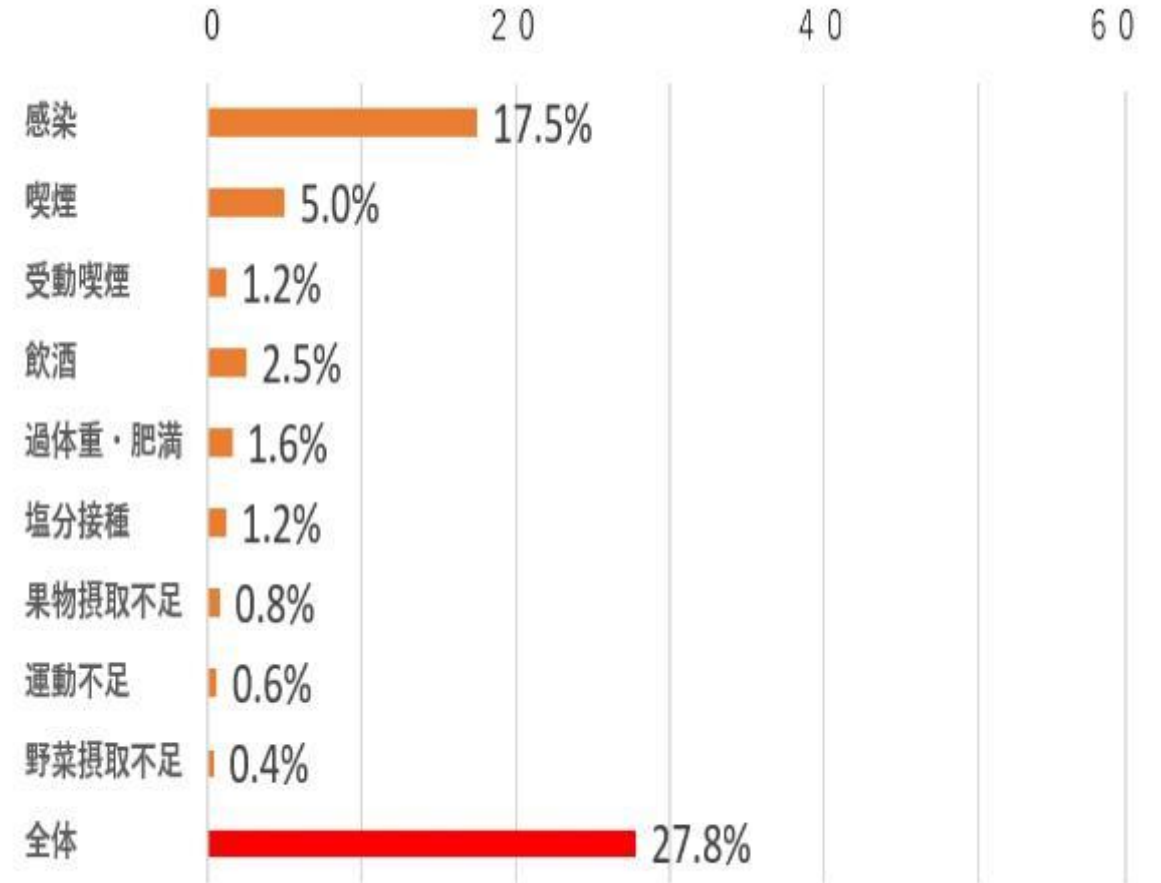
がん細胞ができにくい

がんの原因は？

男性の場合



女性の場合



(「科学的根拠に基づくがんリスク評価とがん予防ガイドライン提言に関する研究 (Inoue, M. et al.: Ann Oncol, 2012; 23(5): 1362-9)」を基に国立がん研究センターがん情報サービスが作成)

がんの原因はほかにあるの？

細菌・
ウイルス 生活習慣

遺伝的
原因

加 齢

不 明

小児
がん

どれだけ予防を心がけていても、がんになってしまふことがあります、完璧で、完全ながんの予防策はありません。そこで「がん検診」を受けることが大切です。



どうやってがんを見つけたらいいの？

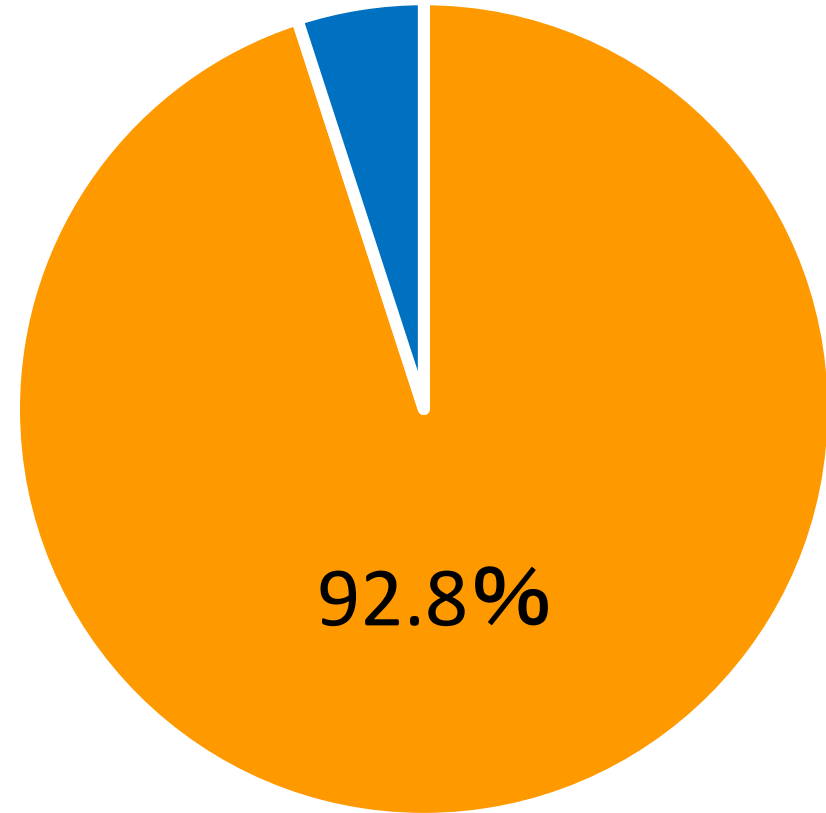
がん検診

なんの症状がなくても定期的にお医者さんに診てもらう

早期発見



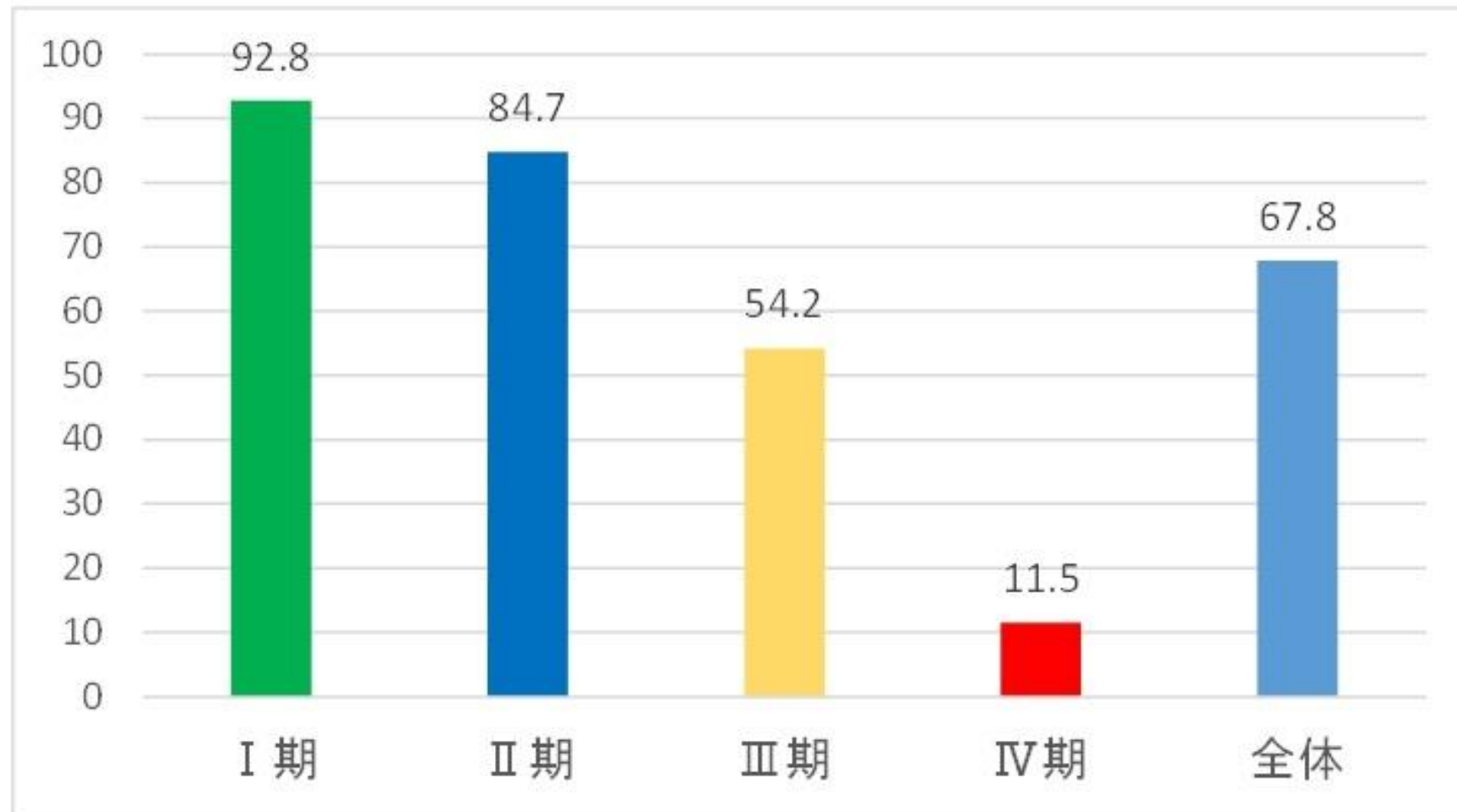
早期治療



早期がんであれば9割の人が治る

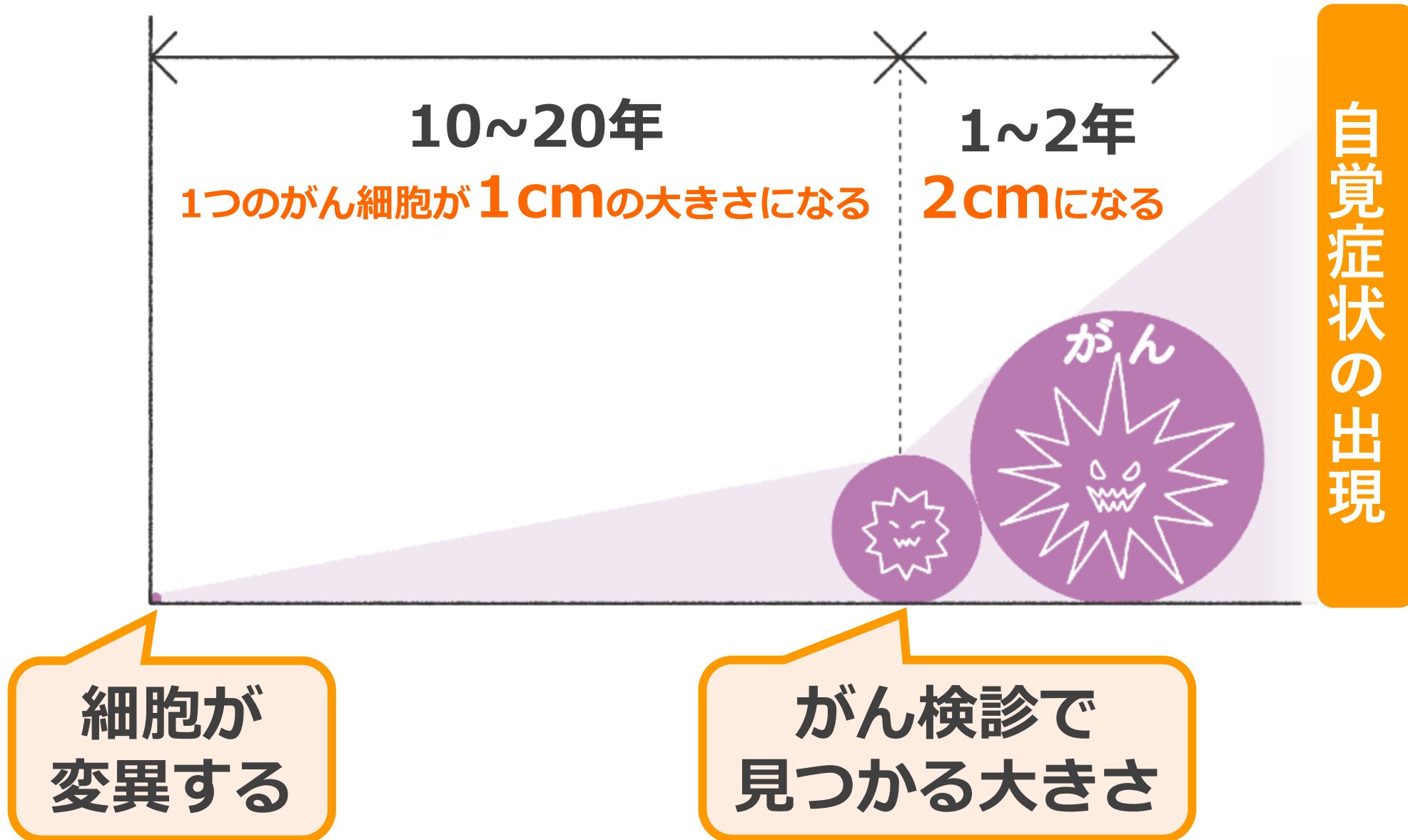
がんの進行度と5年生存率の関係

がんと診断された人のうち5年後に生存している人の割合が、日本人全体で5年後に生存している人の割合に比べてどのくらい低いのか

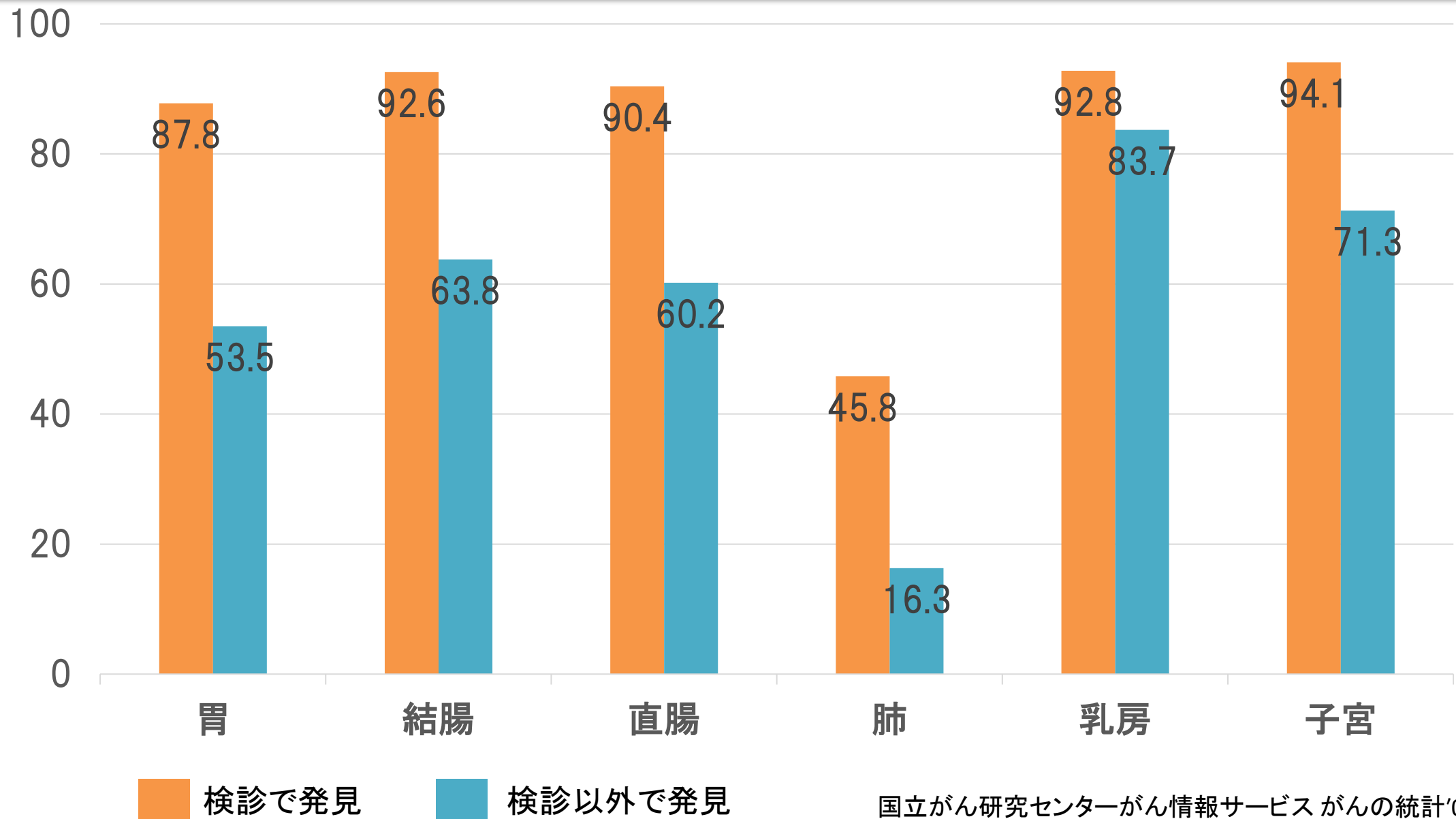


(国立がん研究センターがん情報サービス「がん診療連携拠点病院等院内がん登録生存率集計(2010-2011診断例)」を基に作成)

がんはどのように進行していくのだろうか？



部位・発見経緯別 5 年生存率

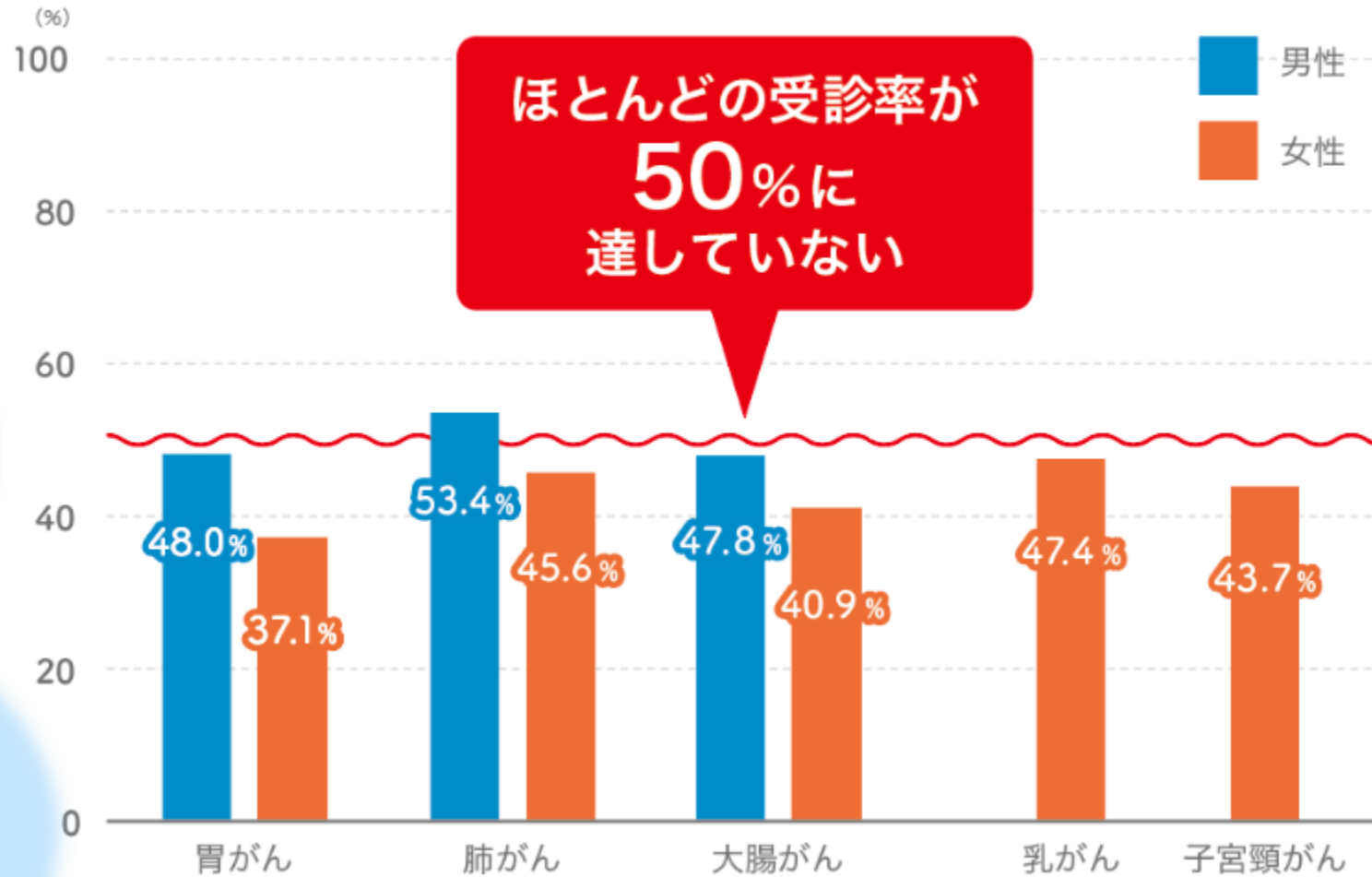


がん検診受診の現状

費用が
かかる

時間が
ない

がんが
見つかる
と怖い



健康に
自信が
ある

自覚
症状が
ない

いつで
も受診
できる

男女別がん検診受診率（2019年）

（厚生労働省「国民生活基礎調査」を基に国立がん研究センターがん情報サービスが作成（「がん登録・統計」）（より一部改変））

出典：内閣府 「がん対策・たばこ対策に関する世論調査」（令和元年7月調査）

がんを防ぐための新12か条

1. たばこは吸わない

2. 他人のたばこの煙を避ける

3. お酒はほどほどに

4. バランスのとれた食生活を

5. 塩辛い食品は控えめに

6. 野菜や果物は不足にならないように

7. 適度に運動

8. 適切な体重維持

9. ウイルスや細菌の感染予防と治療

10. 定期的ながん検診を

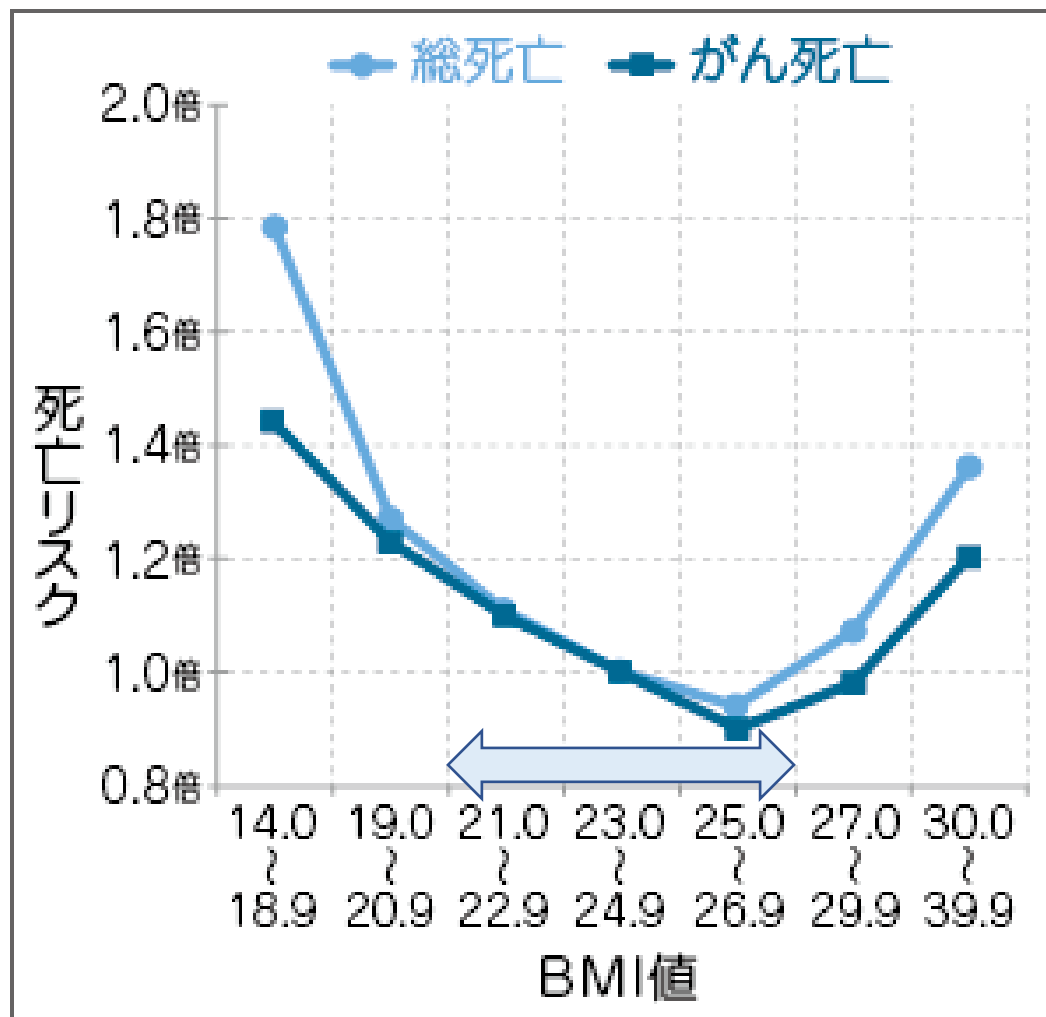
11. 身体の異常に気がいたら、すぐに受診を

12. 正しいがん情報でがんを知ることから

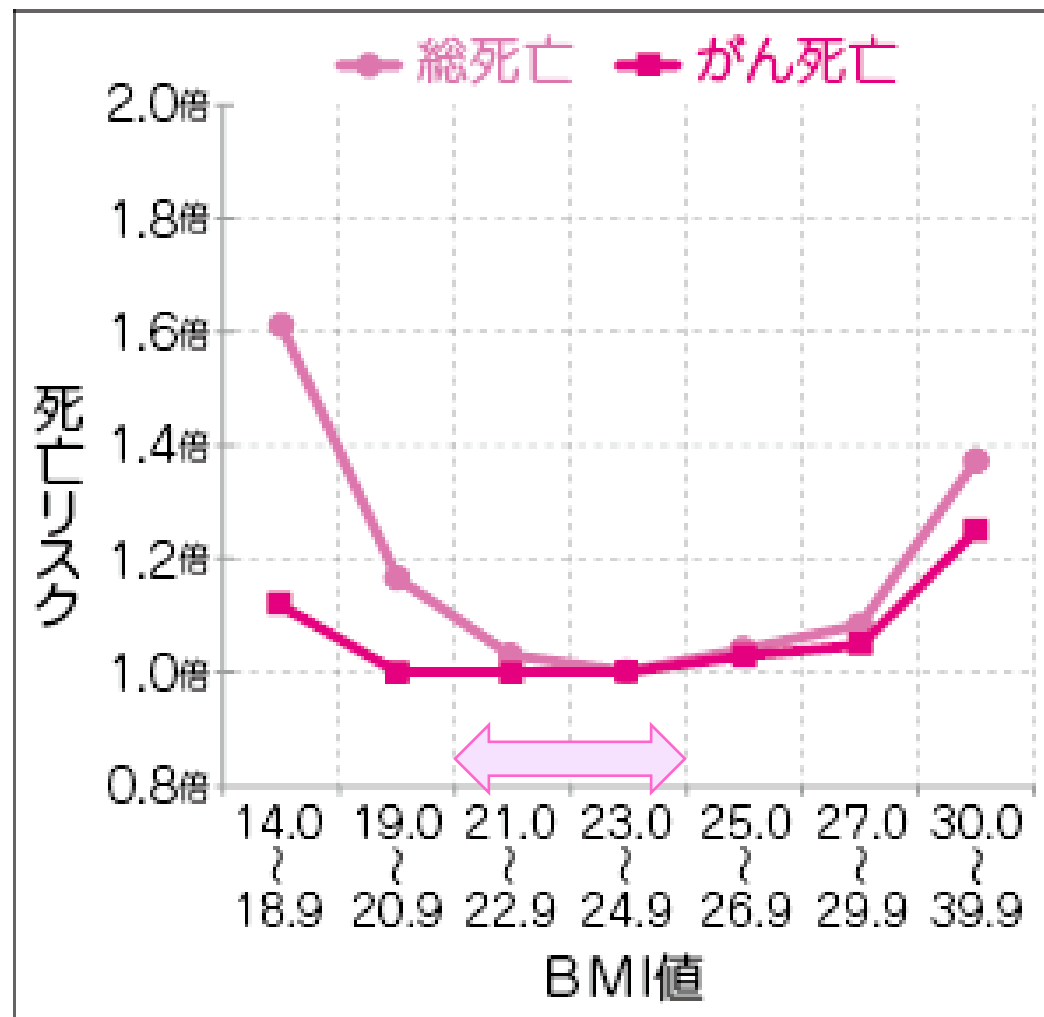


BMI(体格指数)と脂肪リスクの関係

男性16万人

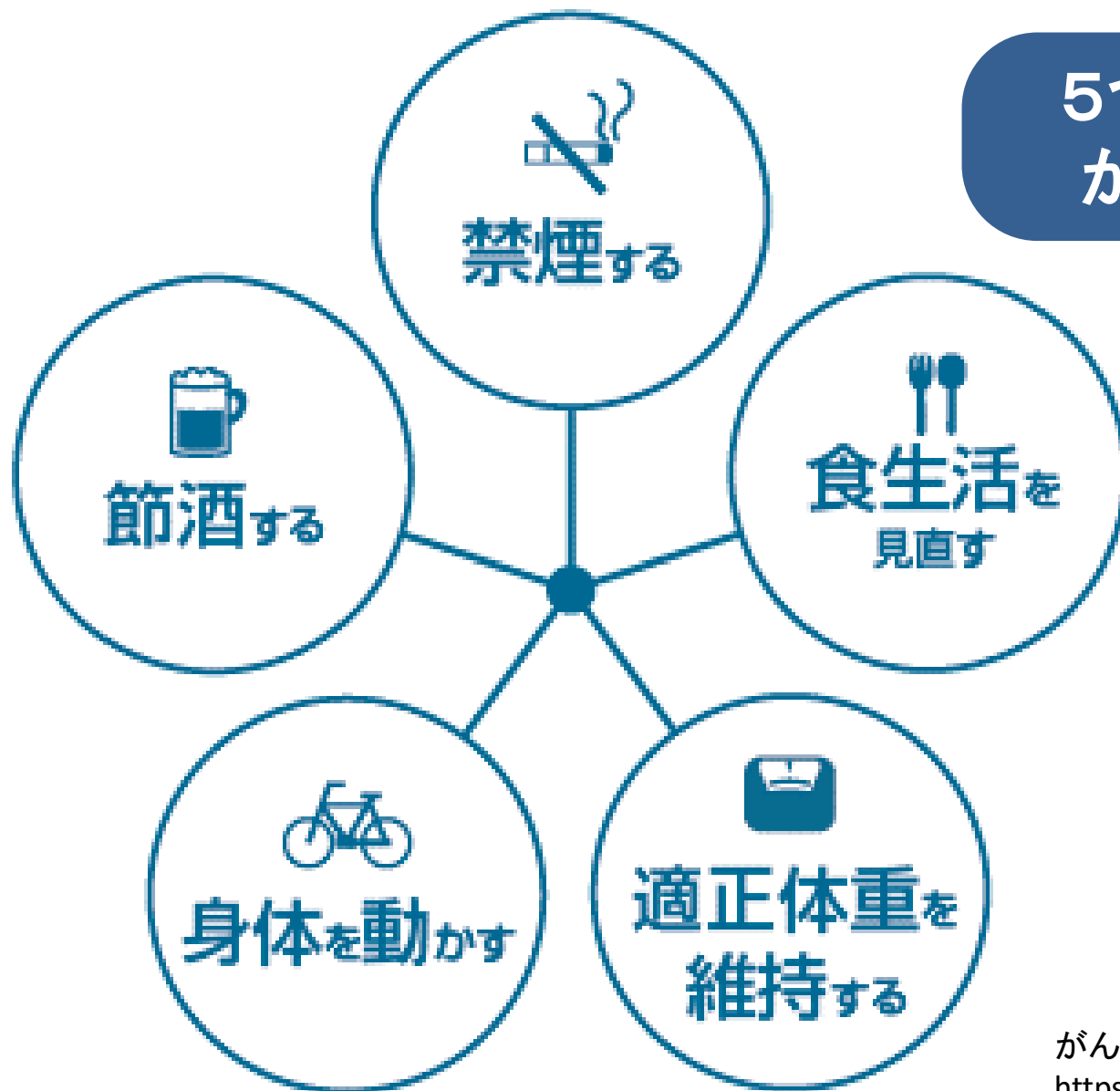


女性19万人



がんリスクを減らす健康習慣

5つの健康習慣を実践することで
がんになるリスクが低くなります



細胞の変異を防ぐ



免疫力を高める

小児・AYA世代のがん

AYA世代とは

Adolescent and Young Adult
思春期 若年成人

主に、思春期（15歳～）から30歳代までの世代を指しています
日本では、毎年約2万人のAYA世代が、がんを発症すると推定されています

罹患率が高いがん種は順に [全がんに占める割合]

元データ： [小児・AYA世代のがん罹患データ](#)（rateシート）

* 国際小児がん分類（International Classification of Childhood Cancer）第3版のグループに基づく悪性腫瘍の順位（ただし「その他の癌」は部位で分類）。がん種間の比較のため、いずれのがん種も悪性の腫瘍のみ。

	1位	2位	3位	4位	5位
0～14歳 (小児)	白血病 [38%]	脳腫瘍 [16%]	リンパ腫 [9%]	胚細胞腫瘍・ 性腺腫瘍 [8%]	神経芽腫 [7%]
15～19歳	白血病 [24%]	胚細胞腫瘍・ 性腺腫瘍 [17%]	リンパ腫 [13%]	脳腫瘍 [10%]	骨腫瘍 [9%]
20～29歳	胚細胞腫瘍・ 性腺腫瘍 [16%]	甲状腺がん [12%]	白血病 [11%]	リンパ腫 [10%]	子宮頸がん [9%]
30～39歳	女性乳がん [22%]	子宮頸がん [13%]	胚細胞腫瘍・ 性腺腫瘍 [8%]	甲状腺がん [8%]	大腸がん [8%]

小児・AYA世代のがん患者支援



がんに立ち向かう人々が待ち望んでいた
助成金が実現しました。
生む未来への助成金

卵子・精子・受精卵の凍結保存

治療を始める前に、主治医にご相談を。

妊孕性温存療法(卵子・精子・受精卵の凍結保存)について知りたい方は、こちらから▶



妊孕性温存療法に対する 費用助成が始まりました

43歳未満の方が対象です

対象治療	助成上限額/1回*	助成回数
未受精卵子凍結	20万円	2回まで
精子凍結	2.5万円	2回まで
精子凍結(精巣内精子採取)	35万円	2回まで
胚(受精卵)凍結	35万円	2回まで
卵巣組織凍結	40万円	2回まで (卵巣組織凍結に1回、凍結解凍に1回)

*医療保険適用外の費用の額が上限となります。助成上限額に対しては自治体によって異なる場合がありますので、詳細は各自治体の自治体窓口にお尋ねください。

妊孕性とは

妊孕性とは、妊娠するために必要な能力のことで、がん等の治療で低下する場合があります。がん等の治療にあたり、自分の妊孕性への影響について知り、対策を考える治療をがん・生殖医療とします。
詳細は日本がん・生殖医療学会HPをご覧ください▶▶▶<http://www.j-sfp.org>



対象者、対象疾患等について

- 年齢上限は男女ともに43歳未満(凍結保存時)、年齢下限は制限なしです。
- 所得制限はありません。
- 対象疾患/対象となる治療内容
 - ▶ 「小児・若年がん患者の妊孕性温存に関する診療ガイドライン」(日本癌治療学会)の妊孕性低下リスク分類に示された治療のうち、高・中・低リスクの分類。
 - ▶ 長期間の治療によって卵巣・精巣機能の低下が想定されるがん疾患・乳がん(ホルモン療法)等
 - ▶ 造血幹細胞移植が実施されるがん疾患・再生不良性血球等
 - ▶ アルキル化剤が投与されるがん疾患・全身性エリテマトーデス等
- 助成の対象者は、産婦人科医科と生殖医療を専門とする医師(妊孕性温存療法を担当する医師)の両者の検診によって決定されます。
- 助成対象の医療機関を受診した上で、専用アプリをご自身のスマートフォンやタブレットにダウンロードし、登録する必要があります。
専用アプリでは登録されたご自身のデータを閲覧できるほか、患者さんに役立つ情報を提供していく予定です。

対象医療機関について

助成対象になる妊孕性温存療法を実施する医療機関は、厚生労働科学研究費補助金研究基盤ホームページでご確認ください▶▶▶<http://outcome2021.org/>



妊孕性温存療法の研究促進にご協力をお願いします

妊孕性温存療法が研究を促進するために2021年12月1日より臨床試験等を対象とします。実施した情報は、日本がん・生殖医療学会(JSGO)「JSGO」データベースの基・研究データで管理されます。実施した情報は個人が特定されない形で妊孕性温存療法の研究に利用されます。



がんの治療と仕事の両立

Q あなたの職場は、がんの治療や検査のために2週間に一度病院に通う必要がある場合、働き続けられる環境だと思うか。

そう思う



37.1%

(内閣府「がん対策・たばこ対策に関する世論調査」(令和元年7月調査))

Q がんの治療中に、治療と仕事を両方続けられるような支援または配慮を、職場や仕事上の関係者から受けたと思うか

そう思う
ややそう思う



65%

(国立がん研究センターがん情報サービス「平成30年度患者体験調査」(厚生労働省委託事業))

がん患者が暮らしやすい社会とは

がんについて
周囲の
理解がある



がんの治療に
周囲の協力が
得られる

がんへの正しい理解が
誰もが暮らしやすい社会につながる

埼玉県の取り組み



働くあなたのために

看護師・医療ソーシャルワーカー・両立支援促進員・がん経験者 があなたのご相談を伺います。

がんワンストップ相談

相談無料
18:15～20:30
最終受付 19:45
事前予約制

こんなお悩みをお持ちの方に…

- がんになって、仕事を続けようか迷っている
- 他のがん経験者は、どのように病気を乗り越えたか知りたい
- 治療費のことが心配・医療制度を知りたい
- 病気のことを会社にうまく伝えられない

開催地 埼玉県男女共同参画推進センター (With You さいたま)

対象者 埼玉県内に在住又は在勤する就労中のがん患者の方

開催日 毎月2回開催 (平日のみ実施)
詳細な日程は県ホームページをご確認ください。

申込み 県ホームページ(電子申請) 電話、メールいずれも可

埼玉県 がんワンストップ 検索



お問合せ・お申込み先

埼玉県保健医療部疾病対策課
TEL 048-830-3651
MAIL a3590-06@pref.saitama.lg.jp

※ 感染症の流行や天候等により開催を中止することがあります。
※ この事業は、関係者と協定した民間委託事業として、「埼玉県がん対策推進計画」に基づいて実施しています。

お申込みは3ステップ

1 相談日程を選ぶ

予約状況は県ホームページから確認できます。

＜例：3月2日の相談予約状況イメージ＞

日時	時間帯	治療・症状について	医療費などの経済問題	仕事と治療の両立	経験者との相談
3月2日	18時15分～19時	○	予約済	予約済	○
	19時～19時45分	予約済	○	○	○
	19時45分～20時30分	○	○	○	予約済

日時、相談内容を確認できます

2 ホームページ又は電話、メールで予約

県ホームページ又は電話、メールのいずれかで埼玉県保健医療部疾病対策課へご連絡ください。
電話 048-830-3651 メール a3590-06@pref.saitama.lg.jp

相談したい内容を伝えてください。
その際、スムーズに相談を進めるために、以下の①～⑨についてお伺いします。
(ホームページ予約・メールの場合、以下の①～⑨についてご選択・ご記載ください。)

①相談日時 (ア)18:15～19:00 (イ)19:00～19:45 (ウ)19:45～20:30
②性別 ③年齢(年代) ④住所地(市区町村) ⑤この相談を何で知ったか ⑥診断名
⑦治療の状況 (ア)治療開始前 (イ)治療中 (ウ)経過観察中
⑧現在の就労状況 (ア)就労中 (イ)休養中
⑨相談したい事項(複数相談可)
(ア)病気や治療に関すること (イ)症状や副作用に関すること (ウ)医療費など経済面に関すること
(エ)仕事に関すること (オ)医療従事者との関係 (カ)経験者の話を聞きたい (キ)その他

相談に対応する担当専門職を決め、お越しいただくお時間をお伝えします。

3 当日、予約時間までに会場へお越しください

埼玉県男女共同参画推進センター (With You さいたま)

埼玉県さいたま市中央区新都心2-2
ホテルブリランテ武蔵野3階・4階

さいたま新都心駅より徒歩5分
北口駅前から徒歩6分

埼玉県 がんワンストップ 検索



家族のこと・病気のこと

2013年3月16日 乳がん告知

2013年5月 2日 右乳房全摘出+同時(一次)再建手術

6月26日 化学療法(抗がん剤治療)スタート

2014年1月21日 放射線治療スタート

9月10日 最終投薬

2015年5月22日 右乳房二次再建手術

56歳

56歳

社会人1年目

大学2年

高校1年



がんの治療法

治療法は主に三つ



- がんの種類や状態などにより選ぶ
- いくつかの治療法を組み合わせることもある

「がん患者」に起こる変化

吐き気がひどい

体が痛い

将来のことが不安で
眠れない

体が思うように
動かない

体の
つらさ

心の
つらさ

将来子どもは
もてるの？

髪の毛は
抜けるのかな

親や子どもに
どう伝えよう

見た目が
変わったら嫌だな

仕事は
続けられる？

治療費はどのくら
いかかるのか心配



緩和ケアとは

患者とその家族に対し病気に伴う
体と心の痛み・つらさを和らげる



がんに対する治療

つらさや症状の緩和ケア

がんに対する治療と並行して緩和ケアを行い、状況に合わせて割合を変える

その人らしく生活を
送れるように

「がんの治療と緩和ケアの関係」
(厚生労働省「緩和ケア」を基に一部改変)

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/gan/gan_kanwa.html

患者支援



各分野の専門家がチームで患者とご家族を支援



がん患者とどのように
接すればよいのだろう

友人という時間は、
病気とは何の関係もない
自分でいられる時間です。

何でもない話をして、一緒に笑って、
共に過ごすことで、「患者」としてで
はないこれまでどおりの「自分」を取り
戻せるような気がします。



(患者手記より)

手軽にできるがん相談窓口

がん相談支援センター

- 治療のこと
- 希少がんのこと
- 療養生活、制度やサービス
- 今の気持ち、不安や心配など



- 家族とのかかわり
- 医療者とのかかわり
- AYA世代(15歳～30歳代)のがんのこと
- 妊よう性、性に関すること



がん情報サービスHPより



日本対がん協会HPより

さいごに

One and Only

大切な命