

## 今月の主なニュース

第3回かながわ健康支援セミナー  
職場のメンタルヘルス対策  
富士ゼロックス(株) 統括産業医 丹野 優次

学校での感染症予防を考えるーインフルエンザー  
当協会健康創造室室長 岡部 英男  
海老名市立海西中学校 石田 望

「保健室」

平成28年国民健康・栄養調査  
糖尿病患者 1千万人台へ  
わくわく健康講座  
「放射線検査」



# 乳がんをめぐる 最近の動向

## ピンクリボン活動を通して



1980年代にアメリカで娘を乳がんでなくした母親が、同じ悲しみを繰り返さないよう、孫娘のためにピンクのリボンを渡したのがピンクリボン運動の始まりといわれており、日本でも1990年代から全国に広まった。「ピンクリボンかながわ」も神奈川県予防医学協会に事務局を置き、11年間活動してきた。この活動の内容と意義を検討し、乳がん死亡率減少に向けての今後の展望について述べたい。(湘南記念病院 乳がんセンター所長・ピンクリボンかながわ代表 土井卓子先生より寄稿)

### 日本の乳がん検診

従来、日本女性は欧米と比較して乳がん罹患率も死亡率も低かったが、罹患率が急増し、1995年には胃がんを抜いて女性の悪性腫瘍罹患率1位となった。欧米では罹患率は上昇しているが、死亡率は1990年代から低下に転じた。ところが日本では罹患率の上昇のみならず死亡率の上昇も続いており、死亡率減少に向けての対応が急務である。

その乳がん死亡率は、検診による早期発見と最適な薬物療法がそろって低くなるという。日



イベントの講座で市民に語りかける土井先生(10月7日 大船観音寺)

### ピンクリボンかながわの活動内容

1. 乳がんという疾患についての啓発活動

乳がんは早期発見によって根治が可能であり、死亡率も低下することやマンモグラフィ検診で早期発見ができること。また検診の受け方、異常を指摘された場合の対応、精密検査の方法、治療方法などを伝えるために、各地で講演会、座談会を開催した。幼稚園や小学校で保護者を対象にした講演会、大学で学生さんを対象にした講演会なども開催した。

### 2. ピンクライトアップ

県庁、象の鼻パーク、横浜開港記念館、横浜税関、横浜マリントワー、大船観音、江の島シーキャンドルなど県内の特徴ある建造物をピンクリボンにライトアップして、広く「検診を受けてください」というメッセージを発信した。

### 3. イベントでの情報発信

横浜公園のカフェフリーデー、プロ野球開催中の横浜スタジアム、夏祭りの葉山マリーナなどさまざまなイベントの機会をとらえて、乳がん検診受診の呼びかけと自己触診指導を行った。

### 4. 日常生活に根ざした検診推奨の工夫

災害備蓄用、イベント配布用の水缶、「はまっ子どろろ」のペットボトルのラ



しこり触診を体験 (9月23日 ピンクリボンかながわ2017 横浜公園)



湘南モノレール「ピンクリボン号」

講演会は参加者も多く、アンケート調査をすると評判は良かったが、参加する機会が少ない。ピンクリボン活動の効果を高めるには、日常生活に根ざした取り組みが大切だと考えている。湘南モノレールのピンクリボン号が毎日31往復運行しており、男性も多く関心を寄せてくださっていると聞く。車内の自己触診のポスターに目を止めて、ご家族に検診を勧めてください。方も多いことがわかった。

### 今後のピンクリボン活動についての展望

ピンクリボン運動も功を奏し、検診受診率も徐々に上昇してきた。しかしマンモグラフィ検診の推奨だけでは不十分であることがわかってきた。アメリカで、高濃度乳房の女性が検診で乳がんを発見できず、進行乳がんになってしまった事例があり、異常の有無だけでなく乳房の構成についても高濃度かどうか伝えるべきだという動きが出てきたのだ。



身近なところで目にする啓発活動

方健康に関心の高い方が多いため、大部分は定期的な検診を受けられていた。友人やご家族にも伝えてくださるようお願いしている。講演会にいられない方々にこそ、検診の大切さを伝えることが必要だと考えている。

観光地の多い神奈川県では、超音波検査を併用することで1.5倍多く、乳がんが発見できることが判明している。今後、日本でも受診者に乳房の構成を伝える動きが進んでくると予想されるが、高濃度と指摘された場合、次にどう対応すればよいかの策が決定していない、などの課題も見えてきた。ピンクリボン活動を推進するにしても、単にマンモグラフィ検診を推奨するだけでは不十分となってきた。今後、トモシンセシス(3Dマンモ)や超音波検査、PEM(乳房専用PET)、造影MRIを併用するなど受診者のリスクに合わせて個別化した検診の組み立てを考えていく必要があると考えている。

また疫学の研究から、過度に不規則な生活を長期間送らない、アルコールを飲みすぎない、運動を積極的にする、インフラボンを摂取量を多めにするなど、乳がんを予防する生活の仕方を広く啓発していきたいと考えている。ピンクリボン活動も曲がり角を迎えているように感じている。