

「ピンクリボン」

～私とあなたの大切な人の命を守るために…乳がんの早期発見をめざして～

東城支所保健福祉室 係長

山脇 明子



ピンクリボンとは

ピンクリボン活動は1980年代にアメリカからスタートしました。ピンクリボンは乳がんの早期発見・診断・治療の大切さを伝えるシンボルマークです。あわせて「ブレストケア」という言葉も使いますが、ブレストケアは「乳房の健康について関心を持ち、適切な検診や治療などを行うこと」です。

日本女性の20人に1人が乳がん

乳がんは日本女性が最もかかりやすいがんです。女性の20人に1人が乳がんになるといわれ、30代～40代にかけて急増します。

乳がんで亡くなった女性の約半数が30代から50代でした。

乳がんの症状はさまざま

乳がんは乳腺に発生する悪性腫瘍です。症状は、しこり、痛み、血液が混じったような分泌物が出る、乳首のただれ、皮膚のくぼみなど、さまざまです。乳がんの初期には食欲が減ったり体調が悪くなったりする全身症状はほとんどありません。気付かずにそのまま放置しておくと、乳腺の外にまでがん細胞が増殖し血管やリンパ管を通じて全身へと広がっていきます。乳房のわずかな変化を見逃さないことが大切です。

大切な早期発見

現在、乳がんの予防法はありませんが、早期発見できれば、約90%の人が治癒しています。早期発見のためには、セルフチェックや検診が大切です。

○検診には、視触診や超音波検査（エコー）、マンモグラフィなどがあります。マンモグラフィは乳腺・乳房専用のレント

ゲン撮影です。市が行うがん検診にもマンモグラフィを取り入れていきます。また、20年度に40歳、45歳、50歳、55歳、60歳になった女性の方には、本年度事業として「乳がん検診無料クーポン券」を配布するなど、検診の機会を増やしています。

○乳がんは自分で見つけることのできる数少ないがんの1つです。早期発見のために、月に1度の自己検診を行いましょう。鏡の前に立ったり、仰向けに寝た姿勢でチェックしたりしてみましよう。乳房のどこかにえくぼのように引っ込んだところやひきつれはないか、しこりはないかなど調べてみましょう。

東城から活動を広げる

昨年8月、東城地域の女性と行政が一緒になって「ブレストケア・ピンクリボンキャンペーンin東城実行委員会」を立ち上げ、地域ぐるみで乳がん撲滅運動を開始しました。

乳がんを正しく理解し、早期発見・早期治療の大切さを知っていただくために、9月24日に、乳がん患者友の会「きらら」の世

話人代表である中川圭さんを講師に招き講演会を開催しました。10月25日の「ふれあい東城まつり」では、マンモグラフィ乳がん検診車を呼ぶことができ、多くの女性が検診を受ける機会を得ることができました。情報が口コミで地域に広がり、定員の50人に対して81人の申し込みがあるなど、住民参画で取り組む意義を痛感しました。

現在、実行委員会で取り組んだピンクリボンステッカーを貼った140台の愛車が地域を歩き交っています。今後も検診率向上を含めたピンクリボン活動を住民の皆さんと一緒に広げていきたいと思えます。



中川さん(右から3人目)と実行委員会のメンバー