子宮頸がん啓発キャンペーン

女性のキレイと健康を考える「未来への約束」

Promise to your future

2013 August vol.5

輝く未来をかなえたい…そんな女性のための
トークセッションが先月、富山第一ホテルで開催されました。
さまざまな視点から語られた、キレイと健康へのメッセージ。
そのエッセンスをお届けします。

トークショー「キレイになりたいすべての女性へ」

毎日自分と向き合って。

濱田 マサルさん（ヘアメーキャップアーティスト）×杉野 潤子さん（女性ファッション誌「MORE」前編集長）

すぎの・じゅんこ
小矢部市出身。1986年に集英社入社。以来、LEE、MORE、BAILAと一貫して女性誌の編集に携わる。2007年から6年間MORE編集長。2013年6月よりMarisol編集長。

はまだ・まさる
ヘアメーキャップアーティスト。通称「マチャルメーク」で人気モデルやタレントからの指名も多い。雑誌やCMだけでなくイベント出演など、多方面で活躍中。

トークショー「キレイになりたいすべての女性へ」では、ヘアメーキャップアーティスト・濱田マサルさんと女性ファッション誌「MORE」前編集長・杉野潤子さんが、キレイを手に入れるための日々の心構えについて話しました。集まった女性たち400人は、時折メモを取るなど熱心に耳を傾けました。トークショーの一部を紹介します。

杉野　毎日の生活の中で、キレイのためにできることってたくさんありますよね。

濱田　そうですね。身近なところで言うと、例えば、枕カバーが汚れていたり、部屋がほこりだらけだったりすると、肌荒れにつながってしまう可能性があるかもしれませんね。洗濯や掃除も美容の一環だと思って取り組めば、いいのではないでしょうか。

杉野　当たり前のことをきちんとすることが大切なんですね。気持ちの持ちようとキレイとはどういう関係がありますか。

濱田　化粧水を付けるときの手の動かし方やクリームの量など…一つ一つのことを無意識ではなく、いかに意識的にできるかが大事だと思うんですね。毎日、朝のメークの時や夜のスキンケアの時間に、自分の素肌と対話して、その時々で必要なケアしていけたらいいですね。

杉野　キレイになるということは、自分と向き合い、自分を大切にするということなんですね。

トークセッション

カラダの内側から ハッピーに、もっと輝いて。

吉本 裕子さん（吉本レディースクリニック院長）×松本 陽子さん（NPO法人愛媛がんサポートおれんじの会理事長）×権藤 延久さん（ファルコバイオシステムズ執行役員 医師・学術顧問/バイオ事業推進部長）×黒田 尚子さん（ファイナンシャルプランナー）　田島 悠紀子さん（MC・コーディネーター）

若い女性に急増するがん

HPV

田島　今日は女性の健康についてお話しを伺います。まずは吉本先生、最近話題になることが多い「子宮頸がん」はどんな病気ですか。

吉本　子宮には赤ちゃんが育つ子宮体部があり、膣へつながる出口を子宮頸部といいます。この頸部にできるのが子宮頸がんで、最近20代から30代に急増しています。原因はヒトパピローマウイルス（HPV）で、性体験のある女性の約80%が一度は感染するといわれています。初期の子宮頸がんは、頸部と膣の一部を円すい形に切除する「円すい切除術」で子宮を温存して治療できます。がんが進行すると、子宮を取る「単純子宮全摘出」、さらに子宮と周りの組織なども取る「広汎子宮全摘出」を行います。

田島　女性としては子宮を残して治療したいですね。

吉本　そのためにも検診が大切です。20歳になると市町村から、がん検診の受診券が届きますが、最近は性交を経験する年齢が若くなっています。年齢に関わらず、パートナーができたら、1年に1度は検診を受けてください。

吉本 裕子さん（よしもと・ゆうこ）
産婦人科医。富山市民病院産婦人科勤務後、2005年富山市羽根に「すべての女性の幸せのために、すべては女性の幸せのために」をメーンテーマに掲げた敷居の低い産婦人科医療を目指し吉本レディースクリニックを開業

田島　治療後の後遺症はありますか。

吉本　広汎子宮全摘出の場合、リンパ節を切除すると足が象のようにむくむリンパ浮腫や排尿障害が起きます。放射線治療によって、腸などにも障害が起きることがあります。

田島　厚生労働省が、子宮頸がんワクチンの接種を積極的に勧めることを控えるよう自治体に通達しましたが…。

吉本　HPVの感染を防ぐワクチンは、2009年に日本で認可されました。まれに重い副反応が報告されており、現在、国が調査中です。

松本　副反応の報道を見ると心が痛いです。私たちは正しい情報を得る努力をして、冷静さを保つことが大切だと思います。

田島　松本さんは子宮頸がんの経験から、予防と検診の大切さを訴えていらっしゃいますね。

松本　私は33歳で子宮頸がんが見つかり、子宮を全摘出しました。入院した時、初期の子宮頸がんの女性に会いましたが、彼女は円すい切除で治療してほどなく退院しました。私は5か月入院して、3年間抗がん剤治療を続けました。検診を受けていた彼女と、受けていなかった私で、こんなに差があることを知ってください。私は今も体調が悪いと再発や死への恐怖を感じ、そして子どもを産めない痛みが消えることはありません。

松本 陽子さん（まつもと・ようこ）
33歳のときに子宮頸がんがみつかり、治療。その後、地元で患者・家族会を設立。現在、NPO法人愛媛がんサポートおれんじの会理事長。厚生労働省緩和ケア推進検討会構成員

検診が早期発見のカギ

20mm

田島　これまでのお話から検診の重要さがわかります。権藤さん、子宮頸がん検診ではどのような検査をするのですか。

権藤　子宮頸部の細胞をブラシのようなものでちょっとこすり取り顕微鏡で調べます。細胞ががんになる前の「異形成」から検査でわかりますので、早期発見に非常に役立ちます。最近はHPV検査を同時に行い、HPVに感染しているかどうかを調べることもできます。

吉本　検診を受けたことがない人は、内診に不安を感じると思います。でも細胞を取るのは一瞬のことです。1年に1回の、一瞬のことですから、ぜひ検診を受けてください。

権藤 延久さん（ごんどう・のぶひさ）
臨床外科医として大腸がん、乳がん等の診療に携わりながら、遺伝性のがんを研究、がんの遺伝子検査・診断を開発し商品化。がんの遺伝カウンセリングを自ら研鑽し、カウンセラーの養成にも参画。2001年より（株）ファルコバイオシステムズ学術顧問。

田島　乳がん検診についても教えてください。

権藤　子宮頸がんになる女性は年間約1万人程度、乳がんは約6万人です。40代に多く発症しますので、40歳から2年に1回のマンモグラフィ検査が推奨されています。ご家族に乳がんになった方がいる場合、発症リスクは2倍から4倍で、発症年齢が早いとも言われます。そういった方は30代からの検診をおすすめします。若い世代や、乳腺が発達している方は、超音波（エコー）検査でもよいと思います。

田島　黒田さんは乳がんを経験されたのですね。

黒田　40歳の時に乳がんが見つかり、右乳房を全摘しました。実はしこりに気づいていましたが、娘を母乳で育てたので、自分は乳がんになりにくいはず…などと思い込んで、病院に行きませんでした。何か変だと思ったら、やはり早く受診することが大事です。

がんにかかるお金の備え

¥0,000

田島　がん治療にはお金がかかるというイメージがあります。黒田さん、ファイナンシャルプランナーとしてお金の備えについて教えてください。

黒田　がんとお金について考えるときのポイントは3つです。1つは「がん治療費はケースバイケース」。がんは部位や進行度で治療費が大きく異なります。進行すると体や心の負担とともに、お金の負担も重くなります。2つめは「がん治療は入院から通院へ」ということ。今やがん患者の半数以上が通院治療しています。以前のがん保険には、通院保障がない場合がありますので確認しておきましょう。3つめは「手術をした後に大変なのががん」です。手術後も、リンパ浮腫をケアする弾性ストッキングや弾性スリーブ、交通費や健康食品、サプリなど、QOL（生活の質）の向上にさまざまな費用がかかります。

田島　治療費以外にもお金がかかりますね…。保険商品を選ぶポイントはありますか。

黒田　がんになったときの経済的な備えのベースは公的保障です。会社員の方は健康保険、自営業であれば国民健康保険と、みなさん公的保険に入っています。治療費が高額になった時は、一定額以上の負担が戻る「高額療養費制度」が利用できます。まずは自分が受けられる公的保障を把握しましょう。民間の医療保険やがん保険は、喫煙や飲酒など生活習慣や、家庭での立場などによって、一人ひとり必要な保障は異なります。保険料で保険を比較しがちですが、自分に合った保険か、自分はどんな保障が必要かを考えて保険を選んでください。また保険と併せて預貯金などで、バランスよく備えましょう。

黒田 尚子さん（くろだ・なおこ）
立命館大学法学部卒業後、大手シンクタンクにSEとして勤務。在職中にFP資格を取得後独立。2009年に乳がん告知を受け、「がんとお金の本」（ビーケーシー）を上梓。NPO法人CN認定乳がん体験者コーディネーター。富山市出身。

体の内側からメンテナンス

田島　子宮頸がんについて、検診の大切さについて、いろいろな面からお話を伺いましたが、最後にみなさんからひと言ずつお願いします。

権藤　子宮頸がんって怖いな…といった漠然とした不安をそのままにせず、ちゃんとした心配に変えて、さらに行動に変えましょう。ぜひ毎年継続して検診を受けてください。

黒田　検診も、保険も、つい後回しにしがちですが、できることはしっかりと備えて、後はがんのことなんて忘れて暮らす…そんなふうに心がけてはいかがでしょう。

吉本　女性たちにとって敷居が低く、いつでも気軽に受診できるように…と思い8年前に開業しました。検診はもちろん、体の不調や心配事など気軽に受診してご相談ください。

松本　みなさん、お肌のお手入れにかけるエネルギーの10分の1でよいので、体の内側のメンテナンスにもかけてください。そして何でも相談できる、かかりつけの婦人科を持ってください。みなさんが体の内側からハッピーで、輝く女性になっていただきたいと心から願っています。

MC・コーディネーター
田島 悠紀子さん（たじま・ゆきこ）
フリーアナウンサー

キャンペーンの内容はオフィシャルサイトでもご覧いただけます。
北日本新聞 未来への約束　検索
http://woman.kp-kikaku.jp　北日本新聞ウェブ新聞webunからもアクセスできます。

アートネイチャーだからできた、
まつ毛用美容液「アートラッシュセラム」
初回限定価格 1,980円(税込)でお届け
まつ毛に塗りやすく、使うたびよく取れて
衛生的なスパチュラチップを採用。
毎日のお化粧で酷使されるまつ毛をやさしくケアします。
12種類の美容液成分を配合し、大切なまつ毛を保護・保湿。
印象的な目元を演出し、より長く、濃いまつ毛へと導きます。
一時は在庫切れになってしまったほどの人気商品。
女子力アップのために、
ぜひご自分へのプレゼントにしてみては？
「広告を見た」で「まつ毛用美容液「アートラッシュセラム」」通常価格2,480円(税込)が 特別価格500円割引の1,980円(税込)に。
ぜひこのチャンスをお見逃しなく。
送料：購入金額5,250円以下の場合360円
お支払方法：代金引換（手数料270円）
後払い（手数料200円）
お届け：商品は3日前後でお届け
※価格はいずれも税込です。
※品薄の場合は商品到着後9日以内、返品送料はお客様のご負担とさせていただきます。
アートネイチャー公式Facebook
ARTNATURE でも商品情報紹介中！
広告 株式会社アートネイチャー 〒151-0053 東京都渋谷区代々木3-41-12
ご注文・お問い合わせ 通話料無料フリーダイヤル。広告を見たとお申し付けください
0120-501-396 受付時間 9:00～21:00

主催／北日本新聞社
後援／富山県、富山県教育委員会、富山県医師会、富山県産婦人科医会、富山県小児科医会、富山県商工会議所連合会、NPO法人 女性特有のガンのサポートグループ オレンジディ
監修／県立中央病院副院長　産婦人科医　中野 隆

協賛社
アクサ生命 redefining / standards
笑顔を咲かせるチューリップ。FALCO SD 咲かせるまで20年 since 1993 チューリップ調剤株式会社
アートネイチャー
産科・婦人科 かんすいこうえん レディースクリニック
GlaxoSmithKline グラクソ・スミスクライン株式会社
大王製紙株式会社
テンプスタッフフォーラム株式会社
富山第一ホテル おいしさと感動をこれからも。
北陸銀行
YA-MAN