

がん条例出前講座実施記録 20121227

山梨がんアクション協議会

はじめに

「山梨がんアクション協議会」とは、「山梨県新しい公共支援基金モデル事業」として山梨県のがん医療環境の向上と、2012年4月に施行された「山梨県がん対策推進条例」を広めるために発足した協議会。

この協議会は「特定非営利活動法人がんフォーラム山梨」を中心とし、山梨県福祉保健部健康増進課、甲府市歯科医師会、株式会社やまと、ドイツパンヴァルトで構成している。

この協議会では、がん対策推進条例を広く県民と共有するため、がんに対する意識啓発および山梨県がん対策推進条例の浸透を目的としたイベントや出前講座・教育現場でのがん教育出前授業等を企画・開催および予定している。

今回の事業は、山梨県の地場産業である宝飾産業を行っている「アンブローズ&カンパニー株式会社」の協力の下、70名の従業員と共に「山梨県がん対策推進条例解説書」を用いての情報共有と、女性に関係するがんをテーマとしてご自身及び家族等の健康を考えることを目的として実施した。

実施概要

- ◆実施期間 2012年12月27日 13:00~15:00 120分
- ◆実施場所 株式会社白金工房内 アンブローズ&カンパニー株式会社
(山梨県甲府市川田町アリア 202)

◆プログラム

第1節	がん体験とプロフィール	○ 若尾のがん体験と現在までのプロフィール
第2節	山梨県の地域がん登録から	○ 2009年に公開された「山梨県地域がん登録」を用い、年齢階級別のがん罹患状況を共有する
第3節	乳がん・子宮頸がん	○ 乳がん、子宮頸がんの基礎情報を共有する
第4節	NCDについて	○ 生活習慣と感染しない病気について考える NSDとは Non-Communicable Disease(感染しない病気)のこと

- ◆参加者 70名

◆実施形式

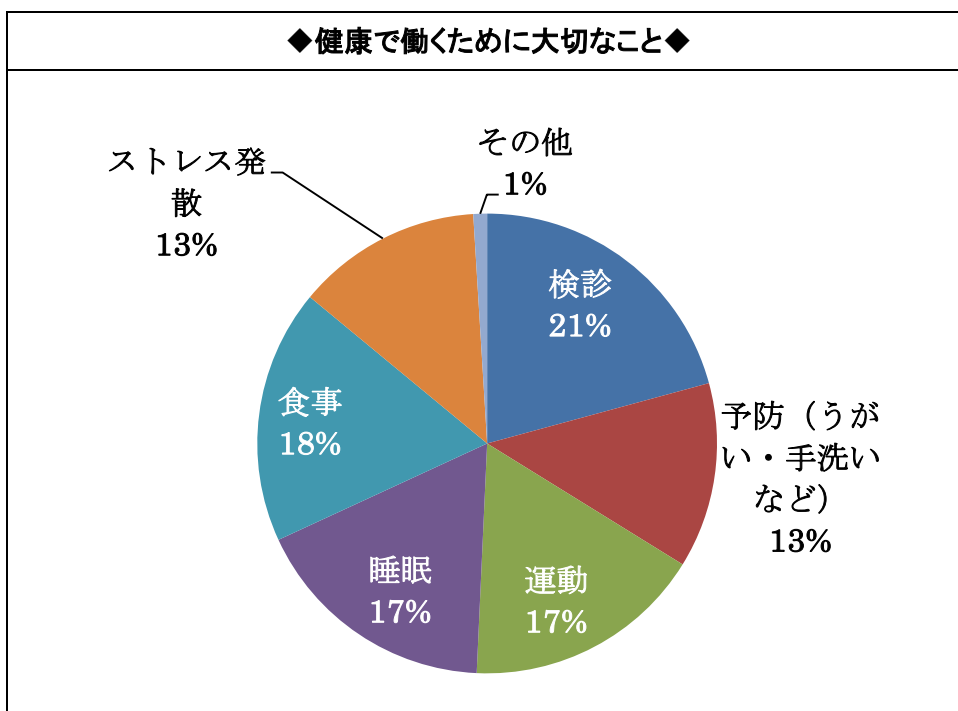
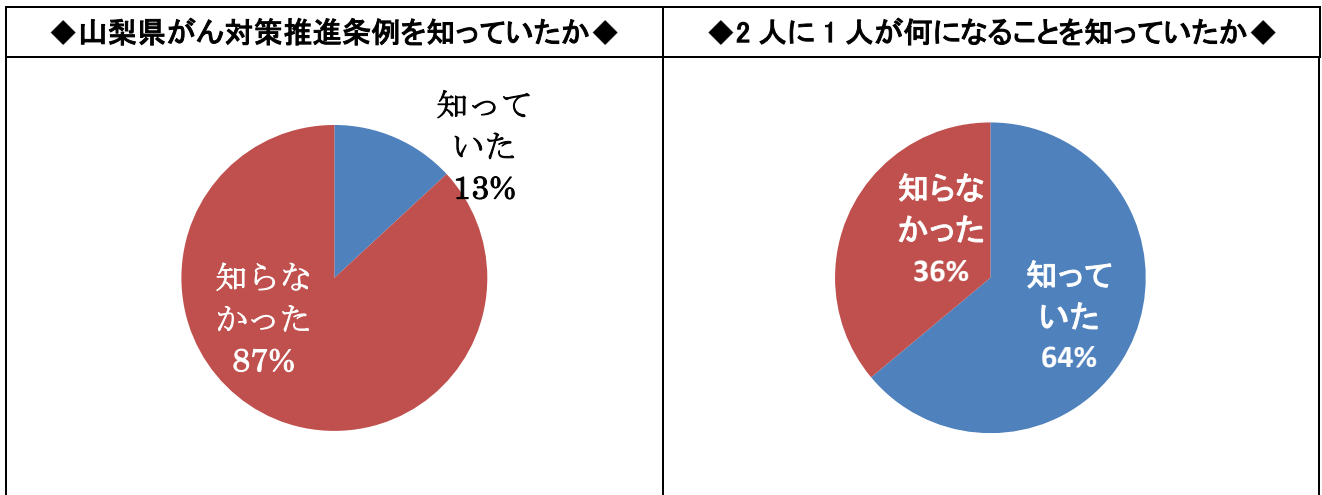
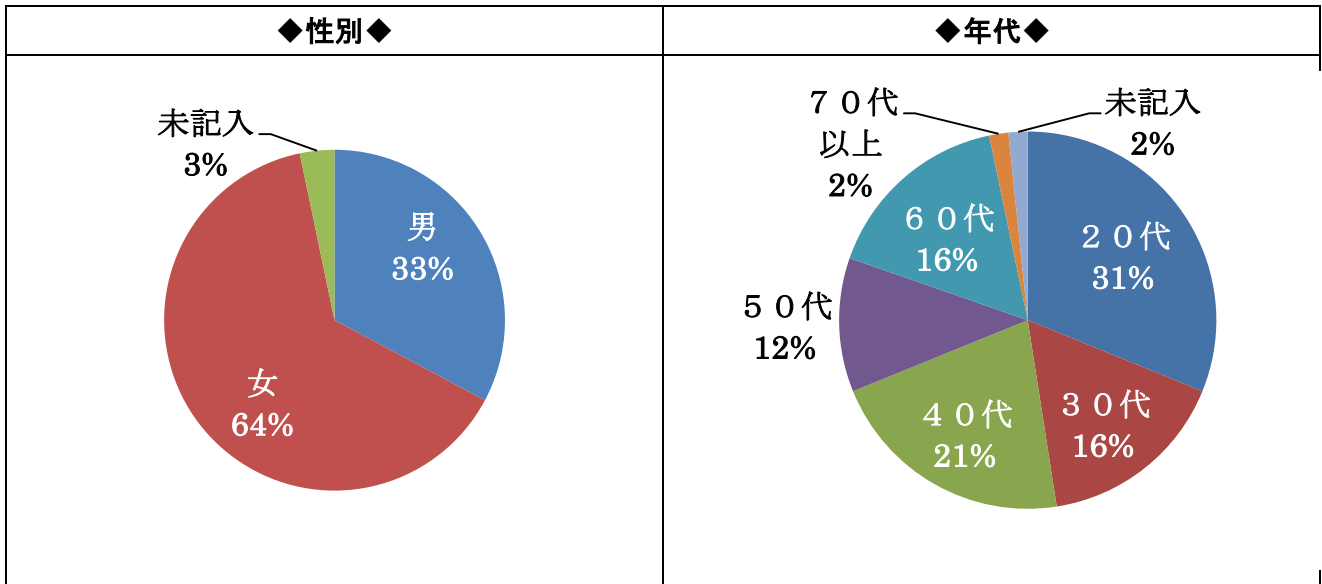
- ・パワーポイントによる情報共有と質疑応答
- ・シコリのある乳房モデルによる視触診体験
- ・アンケートの実施

成果

山梨県地域がん登録を用いたがん罹患の状況は、具体的な資料として参加者の意識を変えるきっかけとなった。また、今回の参加者は33%が男性だったので、乳がん及び子宮頸がんが女性だけの問題ではないことを男性にも理解してもらえた。

その他、乳がんと向き合うための具体的イメージが共有できたことや、がんという病気はNCD(Non-Communicable Disease)であることおよびNSDによる医療問題は今後の健康啓発に大きな視点になることなども課題として共有された。そして日本におけるタバコの問題の一端を共有することができた。

<アンブローズ&カンパニーアンケート結果 n=61>



講座で一番記憶に残った言葉(抜粋)

ゲノム
がんの種類によって原因がいろいろ知りました。知識が増えました。
健康とは心も体も健やかな状態
気になるところをみてもらう(すみやかに)
自分の体に関心を持つこと。検診を受けること。
30代の子供がいるので早めに検診をするように話してみたいです。
がんは早期発見が大切。検診を受けること。
がんはどこに転移しても、乳がんは乳がんだということ。自分で守ろう自分の体。
受診する事
子宮頸がんが患者にとって社会的リスク(人目を気にする)がある様ながんだったことは認識不足でしたので、印象に残った。
乳がんは「乳腺外科」に行くということ。今まで知らなかった。
子宮頸がんとインフルエンザ
自分の体に関心を持つ。
インフルエンザと同じ考えで予防していくということ
乳腺外科という言葉を知りました。
私は大丈夫？んなことない
自分は健康で大丈夫だと過信していると、体の異変に気づいてもアクションを起こさない人が多い。
乳がんが原因での死亡は少ないこと。女性ホルモンと乳がんの関係性
女性ホルモンが活発だと乳がんの率が高くなる。昔の人は、出産の回数が多いから少なかったのかな(なるほど)
ワクチンがあるのは知らなかった
乳がんが一番多い
がんにもっと興味を持って検診に行こうと思いました。
乳がんの症状がわかるようになりましたのでよかったです。
「いのちのリレー」
自分は大丈夫と思わない
「怖いからって理由だけで検診をしないなんてことは絶対にしないでください」という言葉です。
たばこの日本の売り方
早期発見早期治療が大切
心のリレー。人と人が係り合って次の代へつなぐことは大切だと思いました。

普段の生活の中で健康に心がけていること(抜粋)

規則正しい生活を心がけている
動物性たんぱく質を少なめ、野菜果物を多めにとるようにしている。紫外線対策。ストレスをため込まず早めに発散する。
正しい知識
早期発見のため、子宮、乳がん検診を続ける。
栄養ドリンク、ビタミン剤。眠たくなったら無理をせず寝る。
姿勢を正す。なるべく階段を利用する。
睡眠と食事。仕事に影響をしない行動を心がけています。
体を冷やさない。3食しっかり食べる。野菜
うがい手洗い。野菜を取る
よく寝てよく食べる。適度な運動、オンとオフをしっかりと切り替える。
たばこを吸わない。睡眠時間を多めにとる。酒を飲まない、運動を適度にする
良い睡眠、適度な運動。プラス思考の気持ちの持ち方

将来性～今後のビジョン～

今後も出前講座の機会を多く持ち、「山梨県がん対策推進条例」の普及啓発と、この条例が活かされ山梨県のがん対策のさらなる向上、ひいては山梨県の医療環境のさらなる向上につながり、下記の成果が達成されることを目指します。

- ✓ がんを知り、がんと向き合い、がんに負けない山梨県となること
- ✓ 山梨県のどこに住んでいても、「暮らしやすさ日本一」と言える県になること

山梨がんアクション協議会は、「山梨県がん対策推進条例解説書」とがん教育参考冊子「がんで何？」を作成した。この資料を用い、県内の企業、団体等への出前講座を行うことにより、草の根的ながん対策の重要性を普及啓発していきたいと思っている。また、同時に作成したがん教育のための冊子「がんで何？」により、県内の教育機関で児童・生徒を対象とした出前授業を行う予定である。上記の大きなビジョンに向け更なる展開を目指している。



山梨がんアクション協議会

〒400-0025

山梨県甲府市朝日 2-16-19

TEL/FAX 055-252-7687

当日の様子



アンブローズ&カンパニー株式会社



講座開始



総勢 70 名の皆さんと

メモを取りながら



アンケートへの協力



乳房モデル視触診体験

乳房モデル視触診体験



取材に来た記者も・・・