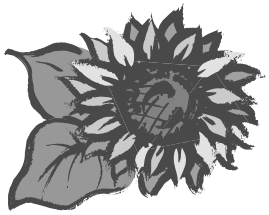
ひまわりの会



— 発行人 —
会長　一柳一男
—事務局—
前橋市堀之下町 16 番 1
㈶群馬県健康づくり財団内
電話　027（269）7811

第44号の発刊によせて

会　長
一柳　一男

ひまわりの会の皆さんお元気ですか。今年の夏も暑い日が続きました。熱中症対策など実施された人もいたのではないかと推察しています。

9月3日には菅内閣が総辞職し、新しく野田内閣が発足されました。新しい内閣の発足により東日本大震災の復旧・復興や円高対策等の早期解決を期待するところであります。

平成23年度がん征圧全国大会が今年度は鹿児島市の宝山ホール（鹿児島県文化センター）に於いて実施されました。

この大会は、参加者約1000名、その中で日本対がん協会長垣添忠生氏の挨拶にはじまり厚生労働省健康局長、日本医師会長、鹿児島県知事、市長の祝辞のあと個人賞6名、第11回朝日がん大賞1名、がん征圧入選者2名がそれぞれ表彰されました。

そして団体賞としてひまわりの会が表彰されました。会長一柳一男が皆様を代表して表彰状を受けとりました。

私どもが行っているがん征圧街頭キャンペーン、年2回の会報（ひまわり）の発行、がん電話相談、毎月の茶話会、2007年群馬大学と連携し「群馬県がん患者団体連絡協議会」の設立への協力などと県民に検診と早期発見・治療の大切さを啓発したこと、県の中心的団体として貢献したことなどを評価されて団体の部で私どもひまわりの会が一団体のみ表彰されました。

それはひとえに、群馬県健康づくり財団をはじめとする各関係団体、会員の皆様のご支援、ご指導のお陰と厚くお礼申し上げます。

これを機に、一層のご協力を宜しくお願いいたします。

全国よろこびの会会長表彰を受賞して

木村　茂

第29回全国よろこびの会総会が山形県天童温泉で開催され、その席で会長表彰を受賞させていただきました。

東日本大震災の直後で全国大会が中止かと心配しましたが、山形県支部会員皆様のご協力で最近にない盛大な大会となりました。

群馬県からは会長以下20名の参加、大会出席者数177名で全国表彰10名の中に私が表彰されましたことは、一柳会長はじめ会員皆様及び事務局の方々のご理解とご協力の賜物と深く感謝申し上げます。誠にありがとうございました。

さて、ひまわりの会は、昭和55年9月に設立され、がん克服者の体験を活かし県民に対して早期発見・早期治療を訴える啓発活動、会員の情報交換と親睦を目的として結成されたものであり、私も群馬県健康づくり財団に子宮がんの早期発見のため、細胞検査士として40年余り勤務する中、まさか自分が、がん患者になるとは夢にも思いませんでした。

全国よろこびの会会長賞表彰

平成4年11月頃、腹痛が原因で何日かの精密検査の結果、胃がんが発見され12月15日胃の全適手術をしましたが、その後の定期検査では異常はなさそうです。

そんなことから私もがん患者の一人として、ひまわりの会に入会させていただきました。

がんの早期発見・治療・啓発、また、会員皆様との情報交換等々、多少なりともお役に立てることがあれば幸いと存じます。

残された人生、一日でも長く楽しい日々が過ごせればと思っておりますので、これからもよろしくご指導下さいますようお願い申し上げます。

ありがとうございました。

第29回全国よろこびの会総会

藤井　稔栄

平成23年度第29回全国よろこびの会総会が6月30日（木）～7月1日（金）山形県天童市天童温泉「ほほえみの宿　滝の湯」で開催されました。

ここ天童市は山形県のほぼ中央に位置し、遠く月山・葉山・朝日連峰を見渡すことができる温泉郷があり、「将棋の駒」やさくらんぼの産地として有名ということです。

今年は、3月11日の東日本大震災により、主催者の山形まめの会、山形結核予防協会では開催するにあたり準備も大変であったことと思います。

ところで、全国よろこびの会は現在全国で9支部がありますが、今回の震災被災地の宮城県や福島県・茨城県からも大勢参加されました。

群馬県ひまわりの会では20名（会員16名・事務局4名）が参加しました。

全国よろこびの会総会は、開会のことばにはじまり、会長石川司之氏のあいさつ、続いて全国よろこびの会会長表彰が行われ、ひまわりの会から、永年にわたり役員の実績と運営育成等に尽力されたことで副会長の木村茂さんが表彰を受けられました。

その後、来賓として、山形県知事吉村美栄子氏から歓迎のあいさつがありました。

つづいて、全国よろこびの会総会の議題に基づき平成22年度事業報告並びに決算報告・監査報告があり、平成23年度事業計画並びに予算とつづき、原案どおり承認されました。

よろこびの会　山形

東毛支部「初夏の集い」

大塚　とめ江

若葉の香る5月19日木曜日東毛支部の懇談会を兼ねた食事会が開催されました。

（参加人員10名のうち新会員2名でした）

北爪副会長宅に11時に集まり、自己紹介を行った後、席を藪塚温泉に移しました。

宴会に入り、根岸さんが音頭を取り、今日まで無事に送れたこと、今後より一層健康で暮らせるよう、ウーロン茶で乾杯しました。

東毛の会　集い

事前に北爪副会長さんのお骨折りにより「ひまわりの会」での会合であることを会場の「今屋」さんに話しをしていただいておりましたので、お料理は目で見て楽しく、食して美味しいものでありました。私たちのために特別に調理してくだされたもので、大変ありがたく感じました。皆さん話がはずみ、時のたつのも忘れるくらい、楽しく過ごすことができました。帰りには「今屋」さんよりお土産もいただき、心和む一日でした。

この頃に

高橋　専蔵

年をとって引っ越しするなんて考えてもいなかったのに、伊豆に来てから2年余りが過ぎました。（前橋市から伊東市へ）

新しい家族との生活が始まり、比較的に恵まれた自然環境の魅力もあって、充実した日々を過ごしております。

さて、このたびは、私のガン事情について一寸触れさせていただきたいと思います。

それは、年末のある日突然にやって来ました。かねてから夜間の頻尿に気を悩んで、近所の街医院をお訪ねしました。その医師の簡単な直腸診で、私の前立腺に異常があるとの指摘がありました。

年が変わり、大病院で各種のスクリーニングテストの結果、既にガン細胞が前立腺の被膜を超えてリンパ節への転移も確認されたとして、ステージDの前立腺ガンの告知を受けたのです。当時の私の混乱ぶりは自分の命に短い期限が宣告されたとして、茫然自失の態でありました。平成18年2月のことでした。

治療方法としては、既に病期も進んでおり、根治を期待することは難しいとの理由でホルモン療法（ホルモン注射を3ヶ月毎に行う）に頼ることになりました。以来、この治療が現在も続けられております。薬の服用はありません。

告知から約5年半を経過した現在までの主な状況をPSA（ガンの腫瘍マーカー）の値で示すと、

平成18年1月＝60　（治療前）
平成20年2月＝0．087（最低値）
平成23年7月＝0．36　（現在地）

であり、再発の目安とされる基準値4.0からすれば未だ低いと思われますが、20年2月に記録した0．087からすれば、徐々に上昇しており気になるこの頃です。治療は熱海市の病院で行っています。

前述のとおり、既に根治は全く期待できず、いづれ薬効がなくなりガンの再発の日が到来します。残念なことですが、こんな寂しいことが約束されているのです。

幸い、切ないデメリットをどのように打開するのか、最新の技術開発の成果もあってその選択肢は拡がっているようです。

根治が不可ならば、ガンとの共生をよりおとなしく僅かな期待をもって、静かに見守っていきたいと思います。

当地に移って、誘われるままに海釣りとウォーキングを始めました。特にウォーキングについては、風の日も雨の日も続けられています。勿論、その日の参加不参加は各自の自由意志です。

約8キロに及ぶ海岸線に沿って設けられている歩道には、年中花が咲いていて、そしてミカンの木々、ヤシの木、ソテツの木が連々つながり見事なロケーションであります。全身で潮風をあびながら、水平線上を真紅にそめて昇る朝日を拝みながら歩いています。私

の生涯スポーツとして、体力・気力の及ぶ限りつづけていきたいと思っております。

以上申し上げました私のガン事情です。年齢的にも81才の坂をこえて、いつ、何が起きても不思議ではない頃にあります。残された私の人生は大好きなこの伊豆にあって、最期の幕が閉まるまで、老いのひとときを悔いなくいきつづけたいと願っている今日この頃です。

「ガン」では片付けられない時代

篠原　敦子

乳がんの発症率は大都会でとりわけ高く、未出産、高齢出産などは確かにこの病気のハイリスクを裏付けているようです。加えて私の世代（昭和30年代生まれ）が出産適齢期を迎える頃、「産む、産まないの選択は本人の自由」という考えが、一部で定着しつつありました。少子化が問題視されるようになったのも同時期です。

私自身、無我夢中で仕事をしていた時期に子宮内膜症を病み、「あなたのように女性らしからぬ生き方をしている人が多いから、こういう病気が増えているんですよ」とドクターから冷たく言われ、その10年後には乳がんの告知でした。

けれど、自然に逆らうことを批判するなら、文明全てを相手にしてほしいものです。何千年前も前の旧約聖書の時代、つまり14、5歳で嫁ぎ、月経が終わるまで子どもを産み続ける時代に戻れと言われても無理な話です。

そんなことを思いつつ、頭に浮かべたのは異国の旅先の匂いでした。頻繁に世界を旅して回っていた頃、トルコ中部の町で一般家庭の夕食に招かれたことがありました。次々に帰ってくる家族の面々は、今で言えばオバマ風、ディカプリオ風、日本のぽっちゃりした女子中学生風と、実に色とりどりでした。アジアとヨーロッパを結んで位置するその国では、一人の女性の胎の中に混血の歴史が厚く刻まれていて、どんな顔が生まれるか予知できないのです。夕食では黒海で獲れた魚の蒸し焼きが大皿に盛られ、皆にまじって車座になり、手でむしって食べました。あの魚の美味さは、思い出すと今もよだれが出そうです。大家族の醸す空気の味だったのかもしれません。

けれどここで単純に「昔への回帰」を望むわけにはいきません。

中東の地図にも載らない小さな村では、女性が家畜以下の扱いを受けています。同級生の男の子と電話で話していた少女が、ただそれだけのことを咎められ、実兄から電話のコードで絞め殺されるという類いの話はいくらでもあるのです。「ふしだらな女を始末した、名誉の殺人」、という良識がまかり通り、警察は見て見ぬふりをする。

そんな惨い事件が「自然」に近い暮らしをしているある村に現存しているのですから、同じ時代に生きている私たちは何を選択すべきなのでしょう。

しかし選択などと悠長なことを言っていられない段階を、迎えてしまいました。

福島の原発事故を機に、原子力への警鐘本が多く出版されていますが、その中に「古い原子炉の周辺に住む女性の乳がんは、通常の倍を超える」というデータがありました。甲状腺がん、悪性リンパ腫の増加は言うまでもありません。

スローライフをこよなく愛したターシャ・チューダーさんが箱舟に乗ったとて、未来永劫、放射能汚染からは逃れられないのです。

「がん」は世の中すべてが抱えている問題からすれば、たいした積載量ではないかもしれません。しかしながら、「がん」という小さな窓から見える光景は、あまりに恐ろしい現実を示唆しています。

私は乳がんを罹患して5年になりますが、改めて自分の立ち位置を見ますと、「がん検診率」を上げ「患者サロン」を周知のものとしてゆくという他、歩みの始まりを思いつきません。

一方、大昔の生活に戻ることができなくとも、原子力を全廃する努力には寄り添えるでしょう。そのためどのような不便が生じようと、その不便に合わせて生き方を工夫するしかない、と強く感じるのです。

ついに治癒者の仲間入り

根岸　利光

この冊子が発行される頃、私は治癒者と呼ばれる身になります。肺がんの手術を受けて丸5年が経過するからです。

ひまわりの会は30年余も前に誕生しました。当時のがん患者の多くは告知されることも無く、胃潰瘍の病名で胃を全摘されることも稀ではありませんでした。

不治の病のがんは病名を知らせないことが患者のためとされましたが、多くの患者はがんをそれとなく察知し、思い悩みながらの治療だったように思います。

それだけに、治療の甲斐あって全快を告げられた時の喜びはまた格別なものだったに違いありません。

発足当時のひまわりの会がその入会資格を治癒者とした理由がわかるような気がします。

ひまわりの会が加わる、日本対がん協会の1道8県の支部にサポートされるがん患者会はその名を単刀直入に「全国よろこびの会」としています。この会は、毎年会場を持ちまわりにし、がんでも旅ができるとばかりに、気張りながら名所巡りも兼ねた全国総会を開催してきました。

私も、ひまわりの会に加わったお陰で、手術の翌年が長野、それから順次、福島・北海道・群馬・山形と五会場県の良いとこ取りをすることが出来ました。多分に忙しぶった生活をしていましたから、がんにならなかったら、こうした旅行とも縁がなかったに違いありません。思いがけない幸運に巡り会えた感があります。

昨今のがん事情

私のがんが発覚したまさにその日、国のがん対策基本法が成立しました。直後から各県が競うようにがん対策推進基本計画に具体策を盛り込みはじめました。

群馬では10年後のがん死亡率を20％引き下げるとしました。国の音頭で、何処に住んでいても等しく最高水準の治療を受けられるようにする目的で、がん診療連携拠点病院の整備が進められました。

がん治療の前進を背景に、早く発見し適切に治療すれば社会復帰も可能とする考え方・見方が広がり、患者・家族に対し積極的に告知する方向が、広まって来ました。

私は肺腺がんの初期で手術すれば完治できると診断されましたが、肺気腫がありましたので在宅酸素治療が必要になるかもしれないと言われました。退職少し前から家内の手ほどきで始めたハイキングで多少の山歩きが出来ましたので、それをもう少し続けたい思いで、肺を取らない治療法（放射線治療）を求めセカンドオピニオンを受けました。放射線

治療が可能との診断で、その準備を始めた矢先、念のためにと撮ったＰＥＴ／ＣＴでリンパ節への転移が発覚、再び手術へと逆戻りしました。リンパ節への転移がわからないまま、胸腔鏡手術を受けていたら、転移したリンパ節を見逃し、早晩の再発は必至だったでしょう。そのことがあったために、在宅酸素治療が必要になるかもと言われ、一旦は回避した手術に踏み切ることができました。

手術の結果、病理病期は進みましたが、偶然のようですが、肺気腫を示す数値も改善され、化学療法を併用したのでわずかな副作用は残りましたが、元気に社会復帰することができました。

しかし、この過程でこれからの「がんの治療」は総てを医師任せにすることは出来ないと思うようになりました。

がん治療とは、多少の違いはあるかもしれませんが外観や身体的機能・臓器などの一部、或いは全部を犠牲にして命をながらえるわけです。

その結果、元気に社会復帰したように見えても、永らく様々な副作用や機能喪失の不便さ・無念さと付き合うことになります。

大変過酷ですが、検査を尽くし、病状を正確に把握した上で、医師などの充分な情報提供とアドバイスを受けながらも、最終的な選択は自らの生き方と照らし合わせ、自分で選ぶことが求められます。そうしないと、その後の人生に悔いが残りかねません。他人任せから生じた結果との付き合いは辛いものがあるからです。

科学的で適切ながん情報の提供が求められています。それだけに、治療法の選択は慎重さが求められます。診断に疑問があったり、治療法の選択で迷うときなど、セカンドオピニオンを受けることが奨励されているのはそのためのように感じられます。

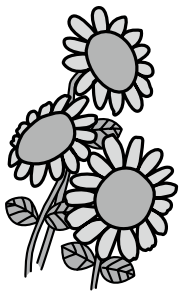
がん患者とその家族はがんを告知されてから、がんの勉強を始めます。最近でこそ、科学的で信頼できるがん情報（「患者必携」がんになったら手にとるガイド＝編著　国立がん研究センターがん対策情報センター）などを手に入れる体制の整備が始まりましたが、必要ながん情報を得ることはさほどたやすいことではありません。よしんば、それを手に入れたとしても使いこなすことは至難の業です。

「患者力」という言葉を耳にします。医師や医療関係者の話を大枠で理解し、自らの希望などを伝えることが出来る力、みたいな意味で使っているように感じますが、ある程度の患者力がないと医療提供者もむずかしい対応になると思います。時たま「赤ちゃん言葉」みたいな言い回しで説明している医師を見かけますが、辛いものがあるのだと思います。患者・家族の側も辛いです。

情報提供体制の整備が叫ばれていますが、このことでがん体験者にできることも少なくないような気がします。

自分のがんを隠さなくていい方は、がんを患いましたが、地域で・職場でみなさんとご一緒に暮らしています、といった情報発信そのものが実は大変大事な社会的貢献なのだと思います。

お互い正々堂々とがん体験者として暮らそうではありませんか。そして、必要な方々にがん情報が届くような環境づくりを推し進めましょう。



日本対ガン協会賞〈団体の部〉でひまわりの会が受賞しました。

群馬県のがん患者団体の中心的存在として、永年にわたり広くがん征圧運動に貢献した功績により授与されたもので、平成23年9月2日に鹿児島県で開催された「がん征圧全国大会」において、会を代表してひまわりの会一柳会長が表彰式に出席されました。

日本対ガン協会賞　表彰

賞状・時計

一緒に活動してみませんか

本会の活動にご賛同くださる方々のご入会をお待ちしています。

ひまわりの会事務局
（群馬県健康づくり財団内）
電話〇二七（二六九）七八一一