

健やか ぐんま

Sukoyaka Gunma

vol.18

2017. 秋

Autumn!

特集

がん征圧チャリティーウォークイベント

リレー・フォー・ライフ・ジャパン2017ぐんま実施報告 **P2-4**

前立腺がんについて ～検診・診断・治療の最新情報～ **P5-6**

群馬大学大学院医学系研究科 泌尿器科学 准教授 伊藤 一人

財団からのお知らせ **P7-8**

- 複十字シール運動開始にあたり、副知事を表敬訪問しました
- [がん征圧] 普及啓発活動
ダイヤモンドペガサス冠試合を開催しました
- 各がん専門委員会を開催しました
- 臓器移植普及啓発イベントを実施しました
- 中学生職場体験
- あさを賞募集のお知らせ



イベントブース



血管年齢測定、ストレスチェック、ガラガラくじ、キッズコーナーなど、イベントブースもそれぞれ盛り上がっていました。今年から初めて、献血車が来てくれました。がんの治療に欠かせない献血にたくさんのご協力をいただきました。

フードコーナー



から揚げ、ギョーザ、クレープにあんみつとどれから食べようか迷ってしまうほど豊富なメニューで参加者のエネルギーを補充してくれます。

今年もこの場所に来られた喜びに満ち溢れた表情で、誇らしげに歩くサバイバーをその他の参加者が盛大な拍手でお祝いします。その後はコースに入りきれないほどのチームが24時間つなぐリレーのスタートをきりました。

サバイバーズラップ



ステージ

サバイバーやリレー参加者をダンス、楽器演奏、よさこいソーラン節、歌など、様々なステージで応援してくれました。



開会式



今年も心配だった天気…。前日から降り続いた雨も、集まったたくさんの参加者の願いが通じたのか曇り空へと変わり、青空も少し見えてくる中、大島実行委員長の開会宣言で幕が開きました。



今年もぐんまちゃんをはじめ、ゆるキャラたちが集合して皆さんを応援してくれました。

ルミナリエ セレモニー



辺りが暗くなると、ルミナリエに明かりがともり、いのちのリレーをつなげる足元をやさしく照らしてくれます。



エンプティータブル



リレーウォークの足を一時休めて、参加者全員でエンプティータブルを囲みます。綺麗なメソソプラノの歌の中、昨年まで実行委員を務めていた仲間を偲ぶ詩が朗読されました。他の皆さんもそれぞれこの場所に来られなかった方のことを偲んだことでしょうか。

リレー・フォー・ライフ・ジャパン 2017 ぐんま

実施報告

10月7日(土)12時〜10月8日(日)12時 ALSOKぐんま総合スポーツセンターふれあいグラウンドにて本県で5回目となるリレー・フォー・ライフを開催しました。リレーウォーク参加チームは76チーム、一般参加者、ステージイベント参加者、ボランティアを含めると2日間で延べ7,800人の方が、今年もいのちのリレーをつなぎました。

リレー・フォー・ライフとは
がん患者さんやそのご家族を支援し、地域全体でがんと向き合い、がん征圧を目指すチャリティ活動です。

前立腺がんに関する検査・診断・治療の最新情報

群馬大学大学院医学系研究科 泌尿器科学 准教授 伊藤 一人

急増する日本人の前立腺がん

わが国の前立腺がんは、高齢化、食生活の欧米化、がん診断技術の進歩などの影響で罹患数が急速に増えています。2014年の男性がんの罹患数では前立腺がんは第3番目でしたが、2015年、2016年には第1位となつてしまいました。前立腺がんの死亡者数は、1990年には3,460人でしたが、その後増加し2016年は11,798人と3倍以上増加しています。前立腺特異抗原(PSA)検査を用いた前立腺がん検診が普及している米国では、前立腺がん死亡数は1994年の34,902人をピークに減少しており、2016年には26,120人になりました。1990年には94倍もあつた日米の前立腺がん死亡数の差は、2016年には2.2倍にまで縮まっています(図1)。

※1 あたらしく病気を発症する人数

前立腺がん検診受診の流れ

前立腺は、男性の膀胱の下にあり、尿道を取り囲んでいる栗の実のような形をしている臓器で、重さはわずか15〜20g程度です(図2)。前立腺肥大症は尿道の周りの移行領域(内腺)から発生するので、中を通っている尿道を圧迫し、尿が出にくいなどの排尿に関するトラブルを引き起こしやすいのですが、前立腺がんは、主に辺縁領域(外腺)から発生しますので、特に早期

図1 前立腺がん死亡者数の推移：日米比較



では、全く自覚症状がありません。よって、早い段階で発見するには、検診受診が必要で、前立腺がんの危険が高くなる50歳からの受診をお勧めします。

わが国の前立腺がん検診は、2000年の実施市町村比率は僅か14%でしたが、2015年の調査では83%の市町村で実施しています。欧米先進国にかなり遅れて普及しましたが、群馬県は世界に先駆けて、1981年から集団検診を開始しています。

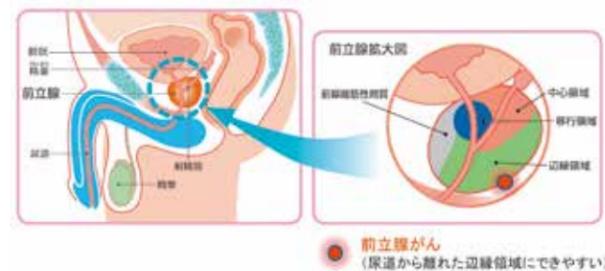
また、前立腺がん検診は死亡率低下効果が高いことが、質の高い研究で証明され、利益と不利益バランスも優れていることが、最新の研究でわかってきました。がん検診受診時には、公益財団法人前立腺研究財団が発行している「PSA検診受診の手引き」(<http://www.jpfr.or.jp>)

※2 検査結果の陽性と陰性を鑑別する数値

住民検診では死亡率低下効果が確実に期待できる50歳以上が対象ですが、人間ドックなどの受診機会がある方は、40歳代からPSA検査を行うことで、将来のがん発症危険度を正確に知ることが出来ます。がん検診での検査項目は採血でのPSA値の測定だけです。精密検査受診が必要なカットオフ値は全年齢で4.0ng/mlあるいは年齢別に設定(64歳以下:3.0ng/ml、65〜69歳:3.5ng/ml、70歳以上:4.0ng/ml)していますが、群馬県内では年齢別に設定し、検診している市町村がほとんどです。カットオフ値より低い人については、将来のがん発症リスクにより、推奨される受診間隔が異なり、よりPSA値が低い(1.0ng/ml以下)人は3年後、1.0ng/mlを超えている人は毎年の受診を推奨しています。

[/publish/pub09.html](http://publish/pub09.html) などのパンフレットなどを参考に、最新の情報を理解しておくべきです。

図2 男性の下腹部の解剖：前立腺の位置



(公益財団法人前立腺研究財団「PSA検診受診の手引き」より引用、一部改変)

記念撮影

それぞれのチームが記念撮影をしてファイナルラップを迎えます。



様々な形でこのイベントを盛り上げてくれたたくさんの方に感謝の気持ちでいっぱいになりました。岡庭副実行委員長の「がんに負けない社会にする」という強いメッセージとこの場所でたくさんの仲間に出会えた喜びを胸に刻み、今年のリレー・フォー・ライフは幕を閉じました。



閉会式



IVUSA 群馬高崎代表 山崎史寛

参加者の声

学生ボランティアの声

今年初の参加だったのですが、群馬県内の団体が一同に参加している、がんのことを考える催しがあるのを初めて知り、とても驚きました。2日間だけでしたが、がんと戦い続ける人やがんについて考える機会をつくることの大切さを、ボランティアとして参加して強く感じました。IVUSAとして福祉系のボランティアに参加することも初めてだったので、もっと多くの社会問題に視野を向けることが必要だと感じました。また来年関わる機会がありましたら、是非参加したいです。



参加者(患者会)の声

子宮・卵巣がん患者会 みゆらりっぷ 三武美紀

群馬県リレー・フォー・ライフ5周年おめでとうございます！みゆらりっぷは、初回から24時間参加させていただき、今年で5回目の参加になりました。昨年遊びに来ていただいた患者さんから、「ゆっくりと休める場所があるといい」と言われたため、今年は思い切ってテント2つを準備し、そのうちの一つを「がんカフェ」にしました。がんのことや患者会のことなどいらしていただいた方とゆっくりお話をすることができました。がんサバイバーの方やケアギバーのみなさんが、居心地の良い場所と思っていただけるような場所作りを行っていきたくと思っています。鬼に笑われてしまいますが、既にスタッフと来年は何をしようかとワクワク話しています。みゆらりっぷテントは、来年も乞うご期待(^_^)!!!



初参加チームの声

公立碓氷病院 看護部長 須賀智恵子

今回、初めてリレー・フォー・ライフに参加させていただきました。前日の雨で天候が心配されましたが、当日は参加者みなさんの気持ちが通じたのが良い天気にも恵まれました。当院は血液内科があり、血液疾患の患者さんが抗がん剤治療を行っています。治療は6〜8クールと長く副作用とたたかいながらの治療となります。今回、リレー・フォー・ライフに参加させていただいたことで、治療を受ける患者さんの気持ちに寄り添い共にごんばっているということを再確認できたこと、また、一つの目的をもって多くの方々から参加まで関わるこのイベントの主旨の素晴らしさを実感しました。当院の参加者から「想像していた以上に楽しかった。」という声も聞かれ、今後も参加させていただくことで、いのちのリレーをつなげていきたいと思っています。



今年もたくさんの方に御協力いただき5回目となるリレー・フォー・ライフ・ジャパン2017ぐんまを無事に開催し、終えることができました。この場所へ毎年来るのが目標の方、がんの方を色々な形で支えたいと思い参加してくださる方、皆さんの様々な想いが詰まったイベントです。リレーウォークのように、この想いも未来へ繋げていきたいと思っています。

たくさんの方の御協力、本当にありがとうございました。

リレー・フォー・ライフ・ジャパン2017ぐんま実行委員会

当イベントを通じて、企業、団体、個人の方から寄せられた協賛金・募金は実施経費を除いた全てが公益財団法人日本対がん協会に寄付され、様々ながん征圧活動に役立てられます。

副知事を表敬訪問しました

複十字シール運動開始にあたり、平成29年8月1日(火)群馬県地域婦人団体連合会(結核予防婦人会)の関会長ほか、役員と財団職員が反町副知事を表敬訪問しました。

複十字シール運動の趣旨や県内の結核の現状などを説明するとともに、キャンペーンで配布するグッズをお渡しし、複十字シール運動へのご協力をお願いしました。



日本を低蔓延国にするために、皆様御協力をよろしくお願いいたします。

群馬県健康づくり財団スペシャルマッチ開催

BCリーグ 群馬ダイヤモンドペガサスVS新潟アルビレックスBC

平成29年8月11日(金・祝)高崎城南球場で、「がん征圧月間」の周知と「リレー・フォー・ライフ・ジャパン2017ぐんま」の開催告知を目的としたスペシャルマッチを行いました。当日は一日中曇り空で、真夏としては、過ごしやすい中、今年も「リレー・フォー・ライフ・ジャパン2017ぐんま」の大島実行委員長が始球式を行いました。また、試合の合間には、当財団の職員によるハーフタイムショーとしてがん検診受診の推進のため、歌と踊りでPRしました。



各がん検診専門委員会開催しました

当財団では、胃がん、肺がん、乳がん、子宮頸がんの各検診の精度の維持・向上と、円滑な検診事業運営のため、県内の各専門医を委員とした専門委員会を定期的に開催しています。また、検診に従事する医師やその他のスタッフを交えて症例検討会を開催し、検査や診断の技術向上に努めています。

がん検診が効果的に行われるためには、精度管理が適切に行われていることがきわめて重要です。県民の皆さまに質の良いがん検診を安心して受けていただけるよう努めています。



PSA値が異常と なった場合の精密検査

PSA検査が異常になった場合には、泌尿器科へ精密検査のための受診をすることになります。人間ドックなどを受診した場合には、精密検査医療機関が指定されることもあり、指定されない場合には問い合わせをして、泌尿器科専門医が常勤している施設への受診をお勧めします。

精密検査では、一般的に次の①〜③を行い、約半数の方①〜③の検査でよりがんの疑いが強く、健康状態に他の問題がない方などが、前立腺生検へと進みます。

①直腸診(直腸より医師が前立腺を触診し、がん特有の硬結、前立腺の形の乱れなどがないか確認)

②経直腸的超音波検査(直腸に専用の超音波の器具を挿入し、前立腺がん特有のエコー所見がないか観察)

③PSA値の再検査

前立腺がんの確定診断のための前立腺生検は、外来で無麻酔で行う場合と、入院で麻酔をかけて行う場合があります。生検方法は、超音波検査で前立腺を観察し、会陰(肛門と陰囊の間の皮膚)あるいは直腸から生検針を前立腺内に進める方法があり、平均10〜12カ所程度から前立腺組織を採取します。通常、麻酔を除いた検査時間は15分程度です。前立腺生検後は、出血(血尿、血便など)を約15%の方に認めますが、治療が必要な出血は0.8%以下で、重篤な合併症は非常に稀です。その他、詳しいことは生検前に医師より説明があります。

前立腺がんの進行度別の治療法

前立腺生検でがんと診断された場合、病気の進行度を、CTスキャン、MRI、骨シンチグラム

などによって調べます。病気の進行度・年齢・合併症の有無などによって、泌尿器科医から、いくつかの推奨される治療法が提案されます。治療を選ぶ際には、それぞれの治療の利点・欠点を理解して、自分自身に一番合った治療法を選ぶことができますが、一般的に早い段階のがんは根治の可能性が高く、治療の選択肢が広がります。

①手術療法…前立腺全摘除術

前立腺および精嚢を摘出し膀胱と尿道とを吻合します。骨盤内リンパ節の郭清も同時に施行することもあります。手術方法は、下腹部を切開して行う解放手術、腹腔鏡手術、最近ではロボット補助下の鏡視下手術が徐々に普及しています。

※3 血管や腸管、神経などを互いに連絡するように手術でつなぐこと

②放射線外照射療法

前立腺に体外から放射線を照射し、がん細胞の増殖を抑制する治療が放射線外照射療法です。群馬県内で、最新の強度変調放射線療法(IMRT)、重粒子線が実施可能です。

③組織内照射療法

前立腺に直接、放射線源を入れて前立腺に放射線を照射するのが組織内照射療法(小線源治療:ブラキセラピー)です。小線源治療にはヨウ素125密封小線源永久挿入療法(シード治療)とイリジウム192を一時的に挿入する高線量率組織内照射療法があります。シード治療は経直腸的超音波を使用して前立腺を観察しながら、専用の治療計画装置を用いて、会陰部から専用の針を刺し、前立腺内に50〜100個程度のシードを入れていきます(図3)。手術時間は1時間ほどで、入院は3〜4日で、退院後の社会復帰も速やかにできます。

④ホルモン療法

前立腺がんは男性ホルモンに依存しており、男性ホルモンを抑制することでがんの増殖を抑

制するのがホルモン療法です。両側の睪丸を摘除する方法と薬物療法による方法があり、転移がんでも効果が通常数年間は持続します。

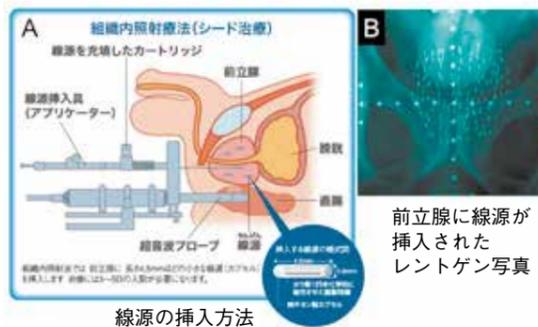
⑤監視療法

がんの性質がおとなしく、すぐに命には大きな影響がないと予測される場合に選ぶことができる治療法で、定期的にPSA測定と前立腺生検を行い、慎重に無治療で経過を観察します。一部のがんは予測よりも速く進行することがあり、経験豊富な専門施設で慎重に経過観察をすることが大切です。

あとがき

日本人男性が罹るがんの中で最も多い前立腺がんに対する対策は急務です。依然として増加傾向にある前立腺がん死亡数を低下傾向へ向かわせるためには、前立腺がん対策のファーストステップであるPSA検診受診率を上げる必要があります。今回のお話が、前立腺がんへの正しい理解の助けになり、県民の皆さまと、検診機関・医療機関の橋渡しになれば幸いです。

図3 ヨウ素125密封小線源 永久挿入治療法(シード治療)



臓器移植普及啓発イベントを実施しました

10月は臓器移植普及推進月間です。今年は臓器移植法が施行されて、20年という節目を迎えました。今年も県内での学園祭・病院フェア・大型ショッピングモールにて、意思表示カード・免許証・保険証の裏面に記載されている意思表示欄への記入方法の説明などの啓発活動を行いました。

臓器移植は病気や事故によって臓器(心臓や肝臓など)が機能しなくなった方に、他の方の健康な臓器を移植して、機能を回復させる医療です。健康な家族からの肝臓・腎臓などの部分提供による生体移植と亡くなられた方(心臓が停止した死後または脳死後)からの臓器提供による移植があります。



中学生職場体験

将来、医療職を志望する桂萱中学校と芳賀中学校の2年生が、9月と10月にそれぞれ3日間にわたり当財団で、職場体験学習を行いました。

診療所や財団内を見学後、模擬検診として、自分たちで実際に血圧測定や聴力検査、視力検査、尿検査等を行いました。緊張気味でしたが、どんなことにも黙々と取り組んでいました。

視察・見学をご希望の場合は、お気軽にお問い合わせください。

(企画広報課)

桂萱中学校



芳賀中学校



平成29年度 健康づくり研究助成「あさを賞」募集します

県民の健康づくりに役立つ調査研究に対する活動の助成事業「あさを賞」を募集します。

募集要領については、準備が整い次第、関係機関にお送りします。また、健康づくり財団のホームページに掲載いたしますのでご覧ください。