

# NPO 法人 ピンクリボンながさき便り

第 5 号

2014年1月14日発行  
(年2回発行)

## 新年のご挨拶 理事長 内海文子

謹賀新年、本年もピンクリボンながさきを  
よろしく願い申し上げます。

昨年は、霊峰富士山が世界文化遺産となり、  
日本の和食も無形文化遺産に認定されました。  
また、東京オリンピック 2020 年の開催も決  
定しました。日本独自の文化が世界に認めら  
れ、また、オリンピックおよびパラリンピッ  
クの決定は、多くの国民が 7 年先の目標や夢  
を描くことができたと思います。

ピンクリボンながさきの昨年 1 年間の活動  
は、ピンクリボン講演、イベントでのブース  
出展等通常の活動とともに、3 月ピンクリボ  
ンバス出発式、11 月ハウステンボスでのミス  
ユニバースとコラボしたフェスタの開催など、  
特徴ある活動を実施しました。健康事業団が  
実施されたマンモグラフィの無料検診では、5  
名の「要精査」の方がおられました。

また、長崎市の女神大橋やハウステンボス  
のドムトルンをピンクにライトアップする  
活動等にも取り組みましたが実現できません  
でした。昨年 10 月 1 日に大阪城などもピン  
クにライトアップされましたので、長崎でも  
乳がんの早期発見を支援するライトアップが  
できないかと考えています。

「乳がん体験者の声」に登場いただくのは、  
あけぼの会長崎支部長の田中由喜子さんです。  
田中さんは、乳がんで乳房切除術を受けられ、  
その後乳房再建をされました。乳房再建を決  
意された時、再建後の思いなどを綴っていただ  
きました。また、田中さんは乳がん患者さん  
のさまざまなご相談にも応じておられます。

今年は、「ピンクリボンフェスタ 2014 なが  
さき」として、9 月 21 日に長崎市での開  
催が決定し準備活動が始まっています。長崎  
県の乳がん検診は、長崎市や佐世保市などの

都市部での検診率が低いという特徴がありま  
す。多くの長崎市民に周知していただき、ピ  
ンクリボンフェスタ開催を契機に検診率の向  
上に取り組んでいきたいと思っています。

NPO 法人ピンクリボンながさきの活動は、  
今年 10 年目を迎えます。皆様のご支援をい  
ただきながら、今年度も積極的に活動してい  
きたいと思います。

## ミニ知識講座

### 乳房再建術について

乳がん手術で失われた乳房を取り戻す手術  
を乳房再建という。再建法としては 2 つの方  
法がある。自分の組織を使用する筋皮弁法と  
人口乳房を使うインプラント法である。筋皮  
弁法は患者さんの皮膚、皮下脂肪、筋肉を使  
用し、背筋や腹筋を用いる。インプラント法  
は、胸の筋肉の下に人工乳腺をいれるイン  
プラント単純挿入法等がある。昨年から人工  
乳房による乳房再建が公的健康保険適用にな  
った。

乳房切除術を受けられた女性は、術後に乳  
房を失うことによっておきるボディイメージ  
の変容に苦しみ、精神的な悩みに陥ることが  
多い。この悩みは、手術後のうつ状態を引き  
起こし、自らの自尊心の喪失に至ることもあ  
る。

乳房再建をされた女性が、笑顔を取り戻さ  
れ、積極的に社会参加される姿を拝見すると、  
乳房再建がもたらす女性性、人間性の回復の  
重要性を見逃してならないと思う。

# ピンクリボンフェスタ2013 in ハウステンボス(報告)

開催日：平成25年11月23日(土・祝)

時間：13:30~16:00

場所：ハウステンボス内  
タワーシティプラザ

来場者数：80名

(一般参加者20名+ボランティア60名)

講演会(質問形式)：350名

(ミス・ユニバース会場内)

## 質問項目

1. 乳がんは早期発見すればどんないいことがあるのか
2. 早期がんと進行がんで治療法に違いがあるのか
3. 家族が乳がんなら、自分も乳がんになるのか?
4. 授乳中にマンモグラフィはなぜ受けられないのか?
5. 乳がん検診はいつどこで受けるのか(佐世保市を例示)

上記の質問に対して、前田先生と内海理事長が説明を行った。

乳がん関係：乳がんパネル展示・マンモグラフィ無料検診・乳がん細胞診展示・乳がん自己検診コーナー・専門医による乳がん相談 等



ピンクリボンながさき理事長 内海文子

今回のフェスタはミス・ユニバース・ジャパン長崎大会実行委員会が主催するミスユニバース長崎県大会とコラボレーションするという方法で、ピンクリボンフェスタ2013 in ハウステンボスを開催した。会場は、ハウステンボスのタワーシティプラザの3階会場で実施した。

当日は、ハウステンボス内を若いボランティアの皆様に、パンフレットを配布してもらい、フェスタの周知を図ったが、3階まで上がって入場してくれる入場者が少なかった。各ブースを設置していただき、準備万端整えていただいたボランティアの方々が活動される状況ができず、お詫びしたい。特に、マンモグラフィの無料検診は、登録した応募者が実際は来られない方が多く、NBC長崎放送のメール配信で応募者を募った方法に問題があったと思う。

講演は、ミスユニバースのコンテストの合間の時間に30分間実施した。乳がん専門医の前田茂人先生、理事長内海文子、MCのアナウンサー、昨年のミスユニバース長崎代表の竹村さんの4名の問答形式でおこなった。日頃から疑問に思っていたことを質問していただき、前田先生の詳しい説明を受け、大いに盛り上がった。



## イベントおよび設置ブース一覧：

1. 総合受付・案内
2. 講演会(質問形式)
3. 乳がんパネル展示
4. マンモグラフィ無料検診・視触診
5. マンモグラフィ展示
6. 乳がん細胞診展示
7. 乳がん自己検診
8. 専門医による乳がん相談
9. 情報・図書コーナー

## ～乳がん体験者の声～

### 十年目の乳房再建

田中由喜子  
(あけぼの会 長崎支部会長)

18年前、41歳で右胸筋温存乳房切除術を受けました。再発や転移のことが頭から離れず、乳房再建は考えられませんでした。乳がんにはなったけど何も悪いことをした訳ではない、胸にシリコンを入れ服を着たら外からはわからないし、再建の費用もいくらかかるかわからない。100%元通りになるわけではないと悪いことばかりを考え否定していました。手術から10年経ったころ鏡に映る自分の容姿に“右肩が下がっている”と気づきながらも再建は考えませんでした。しかし時の流れ、社会では“がん患者のQOL”という言葉が流行ってきました。乳がん体験者として体験談を話すことも時々あり「私のQOL」ってなんだろうと思っているとき、ある医師から「乳がん、私らしく生きる」という本を紹介していただきました。『乳房再建はいつでもできるのです。患者さん自身が「乳房を作りたい」と思うかどうかの問題です。』とあり、再建をしようと思いました。10年間の時間で再発、転移の恐怖感が少し薄くなっていたのでしょう。温泉に行っても周りに気を使うこともなく入浴でき、健康診断時の心電図検査の時も、恥ずかしい、検査をしてくれる方も嫌だろうな～などという思いもしなくてよい、毎日朝から胸に入れるシリコンにもさよならできる、毎日の服も選ばなくても良いと夢は膨らみました。ある日、婦人科病棟で80台のがん末期の患者さんから「板のごたる胸でも一つしかなかつたらはずかしかね～！」と乳がんて亡くした乳頭が一つしかないことを80歳になっても「はずかし～」という表現をされたことにすごい重みを感じ再建しようと思を決断しました。私のQOLは普通の体を取り戻すことだったのでしょか。

手術は長崎大学病院で腹直筋皮弁乳房再建術をしていただきました。何の不安も苦しみもなく（術後のお腹の痛みは激痛でしたが）先生方の愛情を頂きました。また、麻酔から覚めたとき見た息子の顔で、元通りになれたと思ひ、告知をされたとき小学生だった息子の一言で闘病意欲をかきたてられ、大学生に

なった息子に普通になる私の付き添いをしてもらうことができ嬉しく思いました。又、もう一つ嬉しかったことは、初めにエコー検査で乳がんを見つけていただいた放射線科の医師から、「きれいな胸ができたね」と電話を頂いたときは涙が出るほど嬉しかった事を思い出しました。検診の胸写を読影されたということでした。

乳がんを告知されたときは“死”がとても身近な存在でしたが10年間という時間と再建術で新たな自分を見つけることができました。外見は何の変りもありませんが、二つの乳房はしっかり前を向いて私を表現してくれています。今は乳がんを体験できたことに感謝しています。



### あけぼの会 長崎支部の活動

あけぼの会は1978年、東京在住のワット隆子が自らのがん克服のために設立し、長崎支部は1987年より活動を始め、2006年末の会員数は47名である。現在では全国4500名以上の会員があけぼの会に支えられてがんを闘いながら社会生活を送っている。

会の目的は、1.患者同士の情報交換、2.乳癌早期発見の啓蒙活動、3.講演会および研修会の開催、4.ボランティア(ABCSS)活動である。

啓蒙活動は、全国一斉の5月の母の日キャンペーンを長崎では浜の町で行う。支部会報誌「タンポポ」を年4回発行。電話相談も行っている。TEL：0957-28-2475

## イベント案内



### ■「住友生命保険」講演会

期 日：平成 25 年 8 月 24 日(土)13 時～15 時  
場 所：長崎県美術館（長崎市）  
参加者：23 名  
内 容：女性のがん予防（子宮、乳がん）について。講演（パワーポイント使用）、乳房モデルによる乳がん自己検診について

### ■「大村市健康・福祉まつり」ブース出展

期 日：平成 25 年 10 月 6 日(日)10 時～15 時  
場 所：シーハットおおむら（大村市）  
参加者：100 名  
内 容：パネル展示、ブース出展、乳房モデルによる自己検診法、がん相談、がん予防に関する知識・展示



### ■「野岳ウォーク」ブース出展

期 日：平成 25 年 10 月 20 日(日)  
場 所：野岳湖（大村市）  
参加者：10 名  
内 容：パネル展示、ブース出展、乳房モデルによる自己検診法、風船配布



### ■「ツル亀らじお」ラジオ出演

放送日：平成 25 年 11 月 17 日(日)  
9 時 30 分～10 時 29 分  
場 所：NBC ラジオ（長崎市）  
内 容：中高年の男女対象のラジオ。乳がんの現状と予防を語り、フェスタの参

加呼びかけや当法人の活動紹介

### ■「萱瀬保育園」講演会

期 日：平成 25 年 11 月 30 日(土)  
13 時～14 時 30 分  
場 所：萱瀬保育園（大村市）  
参加者：17 名（保護者＋職員）  
内 容：女性のがん予防について。乳房モデルによる乳がん自己検診について



## Information 会員の皆さまへ

- 会員の皆様からご意見や記事を募集しています。
- 賛助会員を募集しています。  
寄附 1000 円以上をお寄せいただいた方には、ピンクリボンながさきのピンを差し上げております。



家族愛、乳房愛、夫婦愛の 3 色を表しています。その 3 色で中央がハート形になって愛を表しています。

ピンクリボンながさきのバッジ

### 編集後記

ピンクリボンながさきの活動を分かりやすくお伝えできるよう、写真などを多く取り入れた紙面づくりをいたしました。ご意見があればお寄せ下さい。



マンモグラフィ検診を受けましょう  
～あなたとあなたの家族のために～

NPO 法人ピンクリボンながさき

〒856-0045

長崎県大村市向木場町1799

TEL・FAX：0957-47-8595

メール：n-pinkribbon@oboe.ocn.ne.jp

URL：http://pinkribbon-nagasaki.jp/