

KOBE がんガイド **保存版**

がんを知り
がんを向きあう
社会をめざして



定位放射線治療装置
「サイバーナイフ」



手術支援ロボット
「ダビンチ」
© Intuitive Surgical, Inc.



受けよう検診 支えよう患者と家族

日本人の2人に1人がかかる「がん」は早期発見・早期治療で完治が期待できる時代。
神戸市では平成26年4月1日より、がん対策推進条例を施行し
がん検診受診率の向上や患者支援などを市民の皆さんと進めています。

神戸市は最先端の がん治療体制を整備しています

がんの治療法は日々進化しています。昔では治らなかったがんが治るようになってきましたし、重い副作用があったり、体へのダメージが強かった治療法が、体にやさしい治療法になってきています。特に神戸市では最先端のがん治療体制があります。がんになることは、不運な出来事です。しかし、神戸でがんになるということは、最先端の治療を受けることができるという点からは「神戸に住んでいて良かった」と言えるかもしれません。

神戸市がん対策推進委員会 会長
(神戸大学理事・副学長)
杉村 和朗 先生



—最新のがん治療方法—

放射線治療

定位放射線治療(サイバーナイフ)
強度変調放射線治療(トモセラピー)、粒子線治療

手術のように臓器を取り除く必要がなく元のまま残すことで、治療の前と同じような生活を可能にする治療法です。

最新の放射線治療はとても高精度で、がんだけに多くの放射線を照射でき、周りの正常な部分にはより少ない量の照射で済むようになっています。その結果、がんを治せる可能性が高くなり、しかも副作用の少ない治療が実現しています。また、小児がん患者を主な対象とする粒子線治療施設が、2017年度、神戸市に完成する予定です。



サイバーナイフ



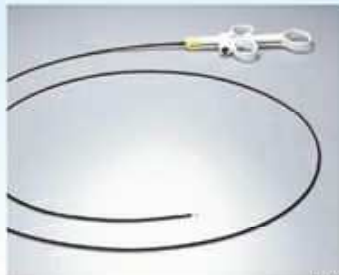
トモセラピー

内視鏡治療

内視鏡的粘膜下層剝離術

お腹を切って手術をする必要がなく、がんを切除できる、体に負担の少ない治療法です。内視鏡治療も進化しており、以前は手術が必要であったがんの状態であっても、現在では内視鏡を用いて切除できるようになってきています。ただし内視鏡治療で治せるがんには条件があり、リンパ節転移や遠隔転移がない早期がんであることが必要です。

早期発見には無症状のうちのがんを発見できる大腸がん検診や胃がん検診を受診しましょう。



内視鏡的粘膜下層剝離術に使用する器具

手術

ロボット支援手術(ダビンチ)
胸腔鏡手術

がん組織を切り取って治すという治療法です。

手術も内視鏡や腹腔鏡を用いた体に負担の少ない治療が多くなっています。さらに近年ではロボットを用いた手術も実用化されてきています。

ロボット支援手術では、人間の目で見るとより拡大された視野を立体的な3D画像で得ることができ、繊細で確実な操作ができるので、より患者の負担を減らした治療が可能になります。



© Intuitive Surgical, Inc.
ダビンチ

化学療法、ホルモン療法、 分子標的薬治療

全身に広がる可能性のあるがん細胞や、すでに他の場所へ転移していたり、全身に広がっていると考えられるがん細胞を治療する方法です。また、放射線治療の効果を増加させる目的でもよく使われます。

抗がん剤の副作用は強いことが多かったのですが、最近は高い治療効果を上げながら副作用を抑える方法があります。患者の生活の質を高め、安全に効果の高い抗がん剤治療を行うことが可能となっています。



神戸市立医療センター 中央市民病院 外来化学療法センター医療スタッフ

※治療方法の選択については主治医にご相談ください

たばこがんのリスク

喫煙者の
がん死亡率は
非喫煙者の約2倍!



さまざまながんの原因になるたばこ。現在、吸っている人も禁煙するのには遅すぎることはありません。禁煙することで、がんのリスクを大きく下げることができます。禁煙外来や禁煙補助剤なども利用して「より薬に、より確実に」たばこをやめましょう。

非喫煙者と比較した喫煙者の死亡率

肺がん 男4.8倍、女3.9倍
食道がん 男3.4倍、女1.9倍
子宮頸がん 女2.3倍

出典「Journal of Epidemiology,18:251-264,2008」

がん治療に先立って、口腔ケアを適切に行うことも大切です。詳しくはかかりつけの歯科医にご相談ください。

がんについての不安や悩みをご相談ください



がん相談支援センターは、全国のがん診療連携拠点病院に設置されている「がんの相談窓口」です。がんに関する治療や療養生活全般、地域の医療機関などについて、対面や電話でどなたでも無料で相談できます。お気軽にご利用ください。がんについて詳しい看護師、生活全般の相談ができるソーシャルワーカーなどが対応しています。

がん相談支援センターより



当センターでは、患者さんやご家族が相談しやすいように、がん相談支援センターを改装し、自由に利用できる図書室も新設しました。開設時間や一人当たりの相談枠やがん相談員の数も増やし、相談をお受けしています。

西神戸医療センター
相談員

がん相談窓口	兵庫県立がんセンター 「がん相談支援センター」 明石市北王子町13-70 ☎929-1151 平日9時～12時、13時～16時	神戸大学医学部附属病院 「がん相談室(がん相談支援センター)」 中央区楠町7-5-2 ☎382-5830 平日9時30分～12時、13時～16時30分	神戸市立医療センター 中央市民病院 「がん相談支援センター」 中央区港島南町2-1-1 ☎302-4461 平日9時～17時
西神戸医療センター 「がん相談支援センター」 西区梶台5-7-1 ☎997-2200 平日9時～17時	神鋼記念病院「がん相談支援室」 中央区臨浜町1-4-47 ☎261-6711 火曜～金曜10時～12時30分、 水曜14時～16時30分	神戸赤十字病院 「がん相談支援室」 中央区臨浜海岸通1-3-1 ☎241-9273 平日10時～15時	神戸医療センター 「がん相談支援室」 須磨区西落合3-1-1 ☎791-0111 平日9時～16時

○がんについて信頼できる最新の正しい情報を分かりやすく紹介しています [がん情報サービス](#) [検索](#)

応援します!がん治療と仕事の両立 「私らしく働き続ける」を応援する

(株)夢工房 代表取締役 田中 裕子さん

当社は「女性が結婚しても、子供を産んでも、働き続けられる会社を」と設立された、パソコンソフトを開発・販売する創業30年の会社です。

設立時から、フレックスタイム制を採用し、従業員それぞれのライフスタイルに合わせて、短時間勤務、在宅勤務などの多様な働き方を許容してきました。病後療養についても、本人や家族の希望に応じて柔軟に対応してきました。

がんと闘いながら仕事を続けるには、抗がん剤治療のため

の通院などさまざまな制約があります。そのため、従業員と十分話し合い、抗がん剤治療のために、週4日、1日6時間の短時間勤務に変更したり、緩和ケア病棟に入院になっても、退職させず、最後まで従業員として籍を置くなどし、できるだけ辞めなくて済むようにしてきました。また、長期入院の際も、代わりの社員を雇用せず、社員全員でカバーし合い、周りの社員にも理解を求め乗り越えていきました。会社に貢献してくれた仲間だから、みんなで応援したいと思っています。

がんサバイバー(がん経験者)からあなたへ

がん検診は「そのうちに受ける」ではなく、今、必ず受けましょう

私は13年前、一年半の間に膀胱、胃、胆管と次々に3つのがんが見つかりました。直前10年間は健康診断も受けておらず、最初に見つかった膀胱がんは悪性化していました。幸い、薬物療法で「いのち」は救われましたが、長期入院で、私・家内ともに仕事を辞めて、社会的、経済的に大きな犠牲を払いました。

以来、3か月に一度は診察を受け、年1回は内視鏡検査や神戸市の便潜血検査を受けています。

私はこの体験から、2つ伝えたいことがあります。

1. バランスの取れた食生活、適度な運動、禁煙等を心掛けましょう。
2. がん検診を決められた通りに毎年受けましょう。がんを早く見つけて治療すれば、医療技術の進歩で、今や、がんで死ぬことはなくなりました。

“そのうちに受ける”では手遅れになることがあります。今、必ず受けましょう。

がん患者グループ ゆずりは 田村 美生夫さん

一人でも多くの人が生きていく勇気を見いだすきっかけづくりをしていきたい

私は6年前、神戸市のがん検診で、周辺リンパ節に転移し、かなり進行した大腸がんが見つかりました。すぐに腹腔鏡手術を受け、その後1年間の抗がん剤の服用治療を経て無事完治し、今日に至っています。

「私のがんを克服できたのはがん検診でがんが見つかり、適切な治療を受けたおかげ」という思いから、がん検診の大切さを一人でも多くの方々に伝えたいとリレーフォーライフ神戸(RFL神戸)のボランティアスタッフとしてがん患者さんやご家族の支援、チャリティー活動のお手伝いをしています。

このRFL神戸が、さらに神戸の街に定着し、がん患者さんだけでなく一人でも多くの人が生きていく勇気を見いだすきっかけになるよう今後も活動し続け、がん経験者として大切なメッセージを送り続けたいと思っています。

RFL神戸 ボランティアスタッフ 垣添 啓子さん

社会復帰を果たした今、救われた命に感謝しながら毎日を大切に過ごしています

私は27歳のときに精巣腫瘍というがんのステージⅢと診断され、大きな衝撃を受けました。初診日に即入院。手術と6クールにおよぶ化学療法の開始。さまざまなことに心身ともに打ちのめされました。

また、治療中も本当に社会復帰ができるのか、以前と同じように働くことができるのか、どれくらいの時間がリハビリに必要なのかなど不安な気持ちで過ごしていました。

治療は全て功を奏し、職場にも復帰することができました。その後、半年ほどの間時短勤務を行い、現在は以前と変わらないペースで働くことができ、長い目で見てくれた職場の方には感謝しています。

私はただの腰痛と思い放置して進行してしまいましたが、身体が痛いなど異常を感じたら必ず病院に行って原因を調べるようにしてほしいです。多くの方の努力によって救われた命、感謝しながら最大限に使わせていただきたいと思います。

会社員 30代男性

検診で早期発見できれば がんは治せます

検診で異常が見つかった場合は速やかに精密検査を受けてください。異常が見つからなかった場合も定期的な受診が大切です。

凡例 男性 女性 検診車 指定医療機関 集団健診会場 郵送方式

胃がん

毎年1回

満40歳以上

地域巡回 ※要予約

600円
※検料あり

■検査内容
①問診②胃部間接X線検査(バリウム検査のみ)
■申し込み・問い合わせ
兵庫県予防医学協会 ☎871-7758

肺がん

毎年1回

満40歳以上

または 地域巡回 ※要予約

1,000円
※検料あり

■検査内容
①問診②胸部直接X線検査③喀痰細胞診
■申し込み・問い合わせ
指定医療機関に直接申し込み

大腸がん

毎年1回

満40歳以上

特定健診とセット受診 ※要予約
または 地域巡回 ※2月まで期間限定

500円
※検料あり

■検査内容
①問診②免疫学的便潜血検査(2日法)
■申し込み・問い合わせ
<特定健診とセット受診の場合>
集団健診の予約時に申し込み
※医療機関では受診できません
<郵送方式の場合>
①郵便局、ゆうちょ銀行の窓口・ATMでの払い込み
…払込取扱票に口座番号「00900-4-305439」、
加入者名「兵庫県予防医学協会」、通信欄「住所、
氏名(フリガナ)、年齢、生年月日、性別、電話番号」
を記入し、検診料を払い込みください
②コンビニエンスストアでの払い込み…電話
で兵庫県予防医学協会 ☎856-2211に申し込み、
後日送付されてくる専用の払込用紙をコンビニエンス
ストアに持参し、検診料を払い込みください
※いずれも手数料はご本人様負担
■受付期間 ~28年2月29日(月)払い込み分まで
※検査キットは11月から順次送付
○郵送方式の場合の検査の流れ
払込用紙で申し込み(検診料を払い込み) → 検査
キットが届きます → 説明書に沿って採便、郵
送 → 約2週間で検診結果が届きます

乳がん

2年に1回

当年度に満40歳以上の同族縁の誕生日を迎える女性

または 地域巡回 ※要予約

40歳代 2,000円
50歳以上 1,500円
※検料あり

■検査内容
①問診②視診③触診④マンモグラフィ
⑤自己触診法の指導
■申し込み・問い合わせ
<指定医療機関で受ける場合>
指定医療機関に直接申し込み
<検診車で受ける場合>
兵庫県予防医学協会 ☎871-7758

子宮頸がん

2年に1回

当年度に満20歳以上の同族縁の誕生日を迎える女性

または 地域巡回 ※要予約

1,700円
※検料あり

■検査内容
①問診②視診③内診④細胞診(頸部のみ)
■申し込み・問い合わせ
指定医療機関に直接申し込み

前立腺がん

毎年1回

50歳以上の男性に該当

特定健診と同時受診
1,000円
単独受診 1,500円

■検査内容
PSA(前立腺特異抗原)検査(血液検査)
■申し込み・問い合わせ
<特定健診と同時受診の場合>
集団健診の予約時に申し込み
<単独受診の場合>
予約不要。当日会場で申し込み

肝炎ウイルス

満20歳以上で、過去に一度も肝炎ウイルス検査を受けたことがない方

または 地域巡回 ※要予約

無料

肝臓がんの約90%は肝炎ウイルスが原因です

■検査内容 ①問診②血液検査
■申し込み・問い合わせ
<指定医療機関で受ける場合>
指定医療機関に直接申し込み
<集団健診会場で受ける場合(当年度40歳~70歳の人のみ)>
①特定健診と同時受診の場合:予約時に申し込み
②肝炎ウイルス検査のみ単独受診:予約不要。当日会場で申し込み

無料対象 について

- 70歳以上の人
年齢の確認できるもの(健康保険証など)を持参してください ※無料受診券の交付は不要
- 市民税が非課税又は均等割のみ課税の世帯、生活保護受給者、特定中国残留邦人等支援給付受給者
事前に住所地の区役所・北須磨支所・北神保健福祉課のあんしんすこやか係、西神中央出張所保健福祉サービス窓口で無料受診券を申請してください。申請時には本人確認のできる健康保険証等が必要ですよ

指定医療機関一覧はこちら
[神戸市 市民健診 検索](#)

ピンクリボンフェスティバル2015

ピンクリボンシンポジウム

乳がんのために、ひとりぼっちで泣かないで。

10月25日(日)13:00~17:00 場所/神戸新聞松方ホール

ピンクリボンスマイルウォーク

風わたる、秋の街を歩こう。11月7日(土)東灘園地発着

イベントの申し込み先着の詳細は、ピンクリボンフェスティバル公式サイト [ピンクリボンフェスティバル 検索](#)

ピンクリボンフェスティバル オフィシャルメッセージ モンキー

このマークはピンクリボンフェスティバルのマークです

神戸市がん検診受診促進協定 締結企業

アフラック、(株)アシックス、(株)協同病理、(株)神戸新聞社、(株)みなと銀行、近畿中央ヤクルト販売(株)、神戸ヤクルト販売(株)、生活協同組合コープこうべ、ソネット(株)、細胞検査士会兵庫県支部会、兵庫ヤクルト販売(株)、兵庫六甲農業協同組合、music Inc.(50官販)