

Vol.10

2022年  
夏号

# さが健財だより **すこやか**

佐賀県のみなさまの健康をみまもり隊



## 特集 ● SOS! 前立腺がん

● がん治療と就労の両立を支援します  
～アピアランスケア支援事業について～

Try it!! ● これを読めば、タバコをやめたくになります  
ためしてみよう! ～禁煙にチャレンジしてみよう～

インフォメーション ● 肺がん検診車が新しくなりました!  
● 令和3年度募金の報告について

公益財団法人  
**佐賀県健康づくり財団**

## すこやか★インフォメーション

### 肺がん検診車が新しくなりました!

新しくなった肺がん検診車は、皆様が快適に受診できるように待合室がゆったり広々としています。蓄電池式の発電機を採用したことで、撮影中の排気ガスや騒音がなく人にも環境にもやさしい肺がん検診車です。これから県内各地で、肺がんの早期発見のために活躍していきます。



### 令和3年度募金の報告について



令和3年度の複十字シール募金およびがん征圧募金額は下記のとおりでした。

- 複十字シール募金 **1,004,188円**
- がん征圧募金 **660,337円**

#### 多額のご寄附をくださった方々

##### 複十字シール募金

(株)佐賀電算センター(佐賀市)  
早津江病院(佐賀市)  
佐賀駅南クリニック(佐賀市)  
信愛整形外科医院(佐賀市)  
平井内科(上峰町)  
白石共立病院(白石町)  
隅田医院(伊万里市)

##### がん征圧募金

(株)佐賀電算センター(佐賀市)  
早津江病院(佐賀市)  
信愛整形外科医院(佐賀市)  
医療法人福翔会(佐賀市)  
平井内科(上峰町)  
白石共立病院(白石町)  
宮原歯科医院(嬉野市)  
隅田医院(伊万里市) (順不同・敬称略)



※ご了承いただいた方のみ掲載しています。

多数の方々にご協力いただきましてありがとうございました。  
集まった寄附金は、結核予防・がん予防の普及啓発活動に役立てています。  
本年度も結核撲滅とがん征圧活動の理解を深めるため、複十字シール募金およびがん征圧募金の活動を展開していきます。  
本運動の趣旨をご理解いただき、ご支援ご協力をよろしくお願いいたします。

### ●佐賀県健診・検査センター(2F)のご案内

健診種別	ご予約お問合せ先	
日帰り・1泊人間ドック	0952-37-3313	平日の8:00~17:00 (多くのオプション検査を準備しております。)
生活習慣病予防健診		
定期健康診断	0952-37-3314	平日・土曜日の8:30~17:30
毎日健診(市町特定・がん検診)		

公益財団法人  
**佐賀県健康づくり財団**  
https://www.saga-kenkou.or.jp



### 佐賀県健診・検査センター

〒840-0054 佐賀市水ヶ江1丁目12番10号  
佐賀メディカルセンタービル内  
TEL 0952-37-3301(代表) FAX 0952-37-3061

# SOS! 前立腺がん



佐賀大学医学部泌尿器科学講座  
教授 野口 満

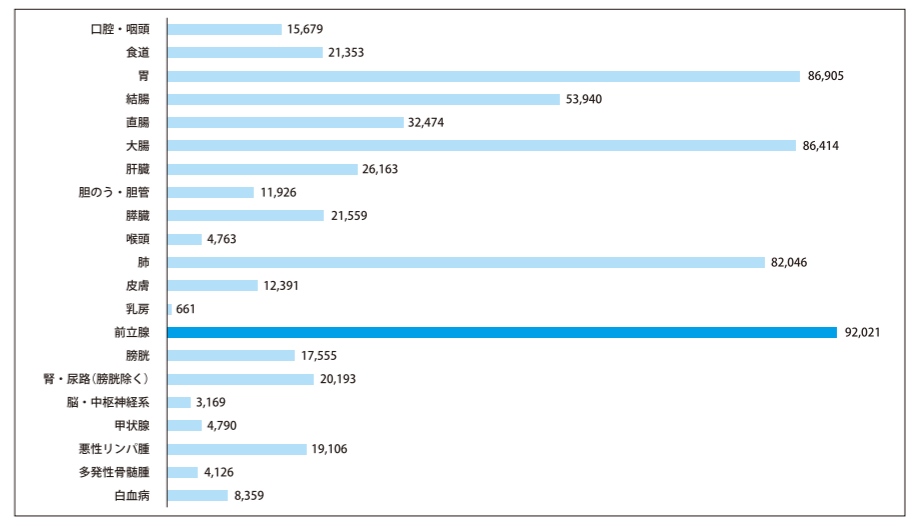
男性の癌罹患数第1位

最新の国内の癌統計で、前立腺がんが国内男性の癌罹患数の第1位となつていきます(図1)。このことはすでに数年前から予想されており、高齢者割合の増加とメタボリック症候群、生活習慣の変化などが原因と考えられます。さらに、前立腺がんの診断に有用なPSA(前立腺特異抗原)という癌腫瘍マーカーによる血液検査の普及も前立腺がんの拾い上げに一役かつていきます。

佐賀県は前立腺がん死亡率、全国第1位!

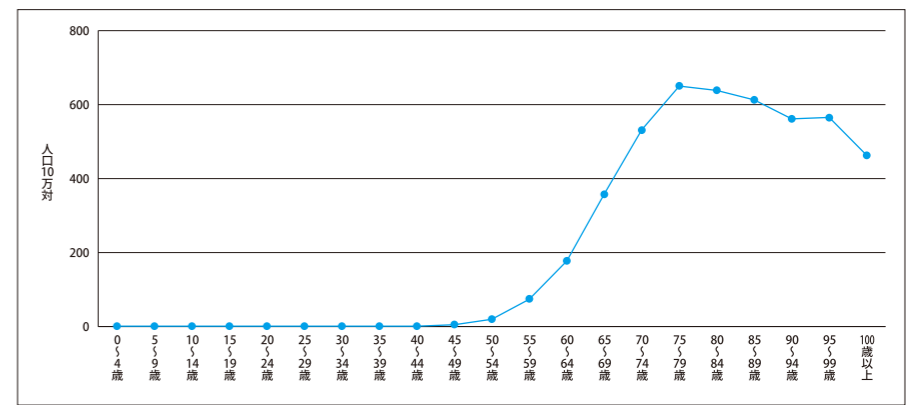
我が国では前立腺がんは増加の一途ですが、佐賀県の前立腺がん検診受診者はここ数年減少しています(図4)。また、前立腺がんの新規登録数もここ数年減少しており、2020年においては、前年度までの16%と減少しています。これは、前立腺がんの発症者が少なくなった訳でなく、ここ数年の新

図1. 国内男性の部位別癌罹患数(2018年)



(国立がん研究センター がん統計)

図3. 前立腺がんの年齢別罹患率(2018年)

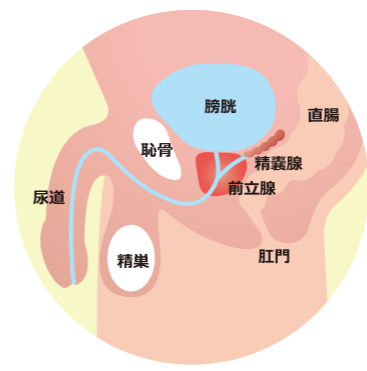


(国立がん研究センター がん統計)

前立腺の役割と疾患

前立腺は男性のみにある臓器で、膀胱からの尿排出の通路である尿道を前立腺が取り囲むように位置しています(図2)。さらに、前立腺では精液の成分である物質が作られ、精子とともに前立腺の中を通り排出されます。このため、自然妊娠で子孫を

図2. 男性の下部尿路と前立腺



前立腺がんの治療

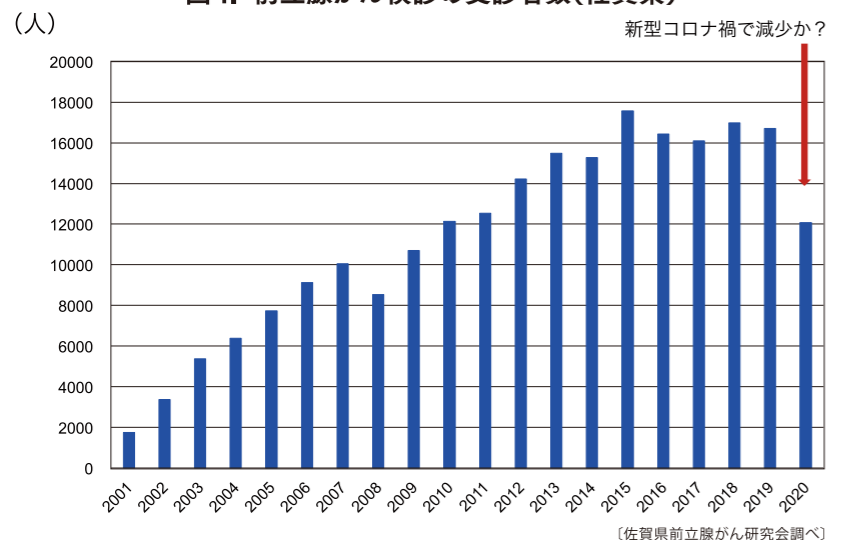
前立腺がんの治療選択肢はいくつもあります。その方の癌の進行度、がん細胞の悪性度、年齢などから総合的に判断し治療プランが提示されます。薬物療法、ロボット支援手術、放射線治療、サガハイマット(鳥栖市)での重粒子線、これらを組み合わせた治療などを主治医と相談し決定することになります。

メタボのコントロールも忘れずに!

前立腺がんをはじめ、癌とメタボリック症候群(メタボ)は関連が深いことがわかっていきます。メタボの方は、PSAが低く出て診断が遅れる可能性もあります。また、前立腺がんの治療においても、メタボの方はメタボでない方に比べ治療効果が悪いこともわかっています。生活習慣の改善、適度の運動を行い、健康長寿を目指していただければと思います。

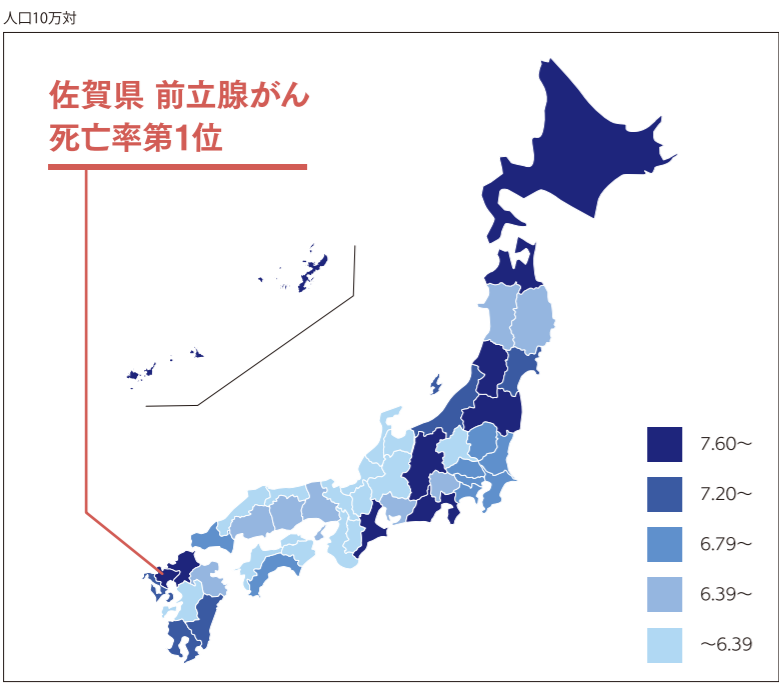


図4. 前立腺がん検診の受診者数(佐賀県)



(佐賀県前立腺がん研究会調べ)

図5. 都道府県別 前立腺がん年齢調整死亡率(2019年)



資料:国立がん研究センターがん対策情報センター

## 助成対象となる補正具等

対象となる補正具等は次表のとおりです。ただし、附属品及びケア用品は対象外です。

	対象となる補正具等
医療用ウィッグ	がん治療に伴う脱毛に対応するために一時的に着用するウィッグ
乳房補正具	手術による乳房の形の変化に対応するための補正下着、補正パッド及び人工乳房(乳房再建術等によって体内に埋め込まれたものを除く)

## がんに関する相談窓口

### さん愛プラザ(佐賀県がん総合支援センター)

佐賀市水ヶ江一丁目12-10 佐賀メディカルセンタービル1F



	電話番号等	相談できる日時
電話での相談	0120-246-388	月～金曜日(祝日・盆・年末年始除) 9:30～13:00、14:00～16:30
窓口での相談	(予約不要)	9:30～16:30

### がん相談支援センター

医療機関名	電話番号	相談できる日時
佐賀大学医学部附属病院	0952-34-3113	月～金曜日(祝日除) 9:00～16:00
佐賀県医療センター好生館	0952-28-1210	月～金曜日(祝日除) 8:30～17:15
唐津赤十字病院	0955-74-9135	月～金曜日(祝日除) 9:00～16:00
嬉野医療センター	0954-43-1120	月～金曜日(祝日除) 9:00～16:00

(お問い合わせ先)

佐賀県健康福祉政策課がん撲滅特別対策室

電話:0952-25-7491

FAX:0952-25-7206

メール:kenkoufukushiseisaku@pref.saga.lg.jp



佐賀県のがん情報サイト  
**がんポータルさが**

## がん治療と就労の両立を支援します

# ～アピアランスケア支援事業について～

佐賀県健康福祉政策課 がん撲滅特別対策室

### アピアランスケアについて

- アピアランス(Apppearance)は「広く「外見」を示す言葉です。
- アピアランスケアとは、がん治療による外見の変化に対し医療者が行うケアを指します。単に変化前の外見に戻すのではなく、自分らしく生きられるよう、外見とともに周りの環境や患者本人の気持ちを整えるサポートをします。

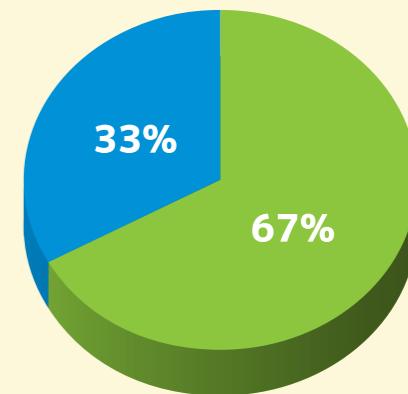
- 日本対がん協会がんサバイバー・クラブの調査では、がん患者におけるウィッグの利用率は67%(乳がん患者は88%)と高い利用率になっています。しかし、公的保険・医療費控除の対象外のため、がん患者さんにとって精神的・経済的負担になっている現状があります。

- 県内がん診療連携拠点病院のがん相談支援センターにおいても、相談内容の上位に医療費やアピアランスケアがあります。

### がん治療による外見変化について

- 早期発見・早期治療で命が守れても、がん治療(化学療法、放射線治療、手術療法等)による副作用(脱毛等)や手術

### ウィッグ利用状況



■ 利用している(していた)  
■ 利用していない(しなかった)

出展：日本対がん協会がんサバイバー・クラブ



による乳房切除といったがん治療に伴う外見の変化は治療によって様々です。

- 外見が変化することで、他人との関わりを避けたり、外出の機会が減ったりするなど、今まで通りの生活を送りにくくなる方もいます。

### 県の取組について

- ウィッグ等の補正具の助成については、平成26年度に伊万里市が助成を開始し、令和3年度までに県内4市町で実施してきました。

- 佐賀県では、がんになっても安心して生活し、がん治療と就労等を両立していただくために、令和4年度からアピ

### 助成の対象となる方

- ①申請日において佐賀県内に住所(住民票)を有する方
- ②がんと診断され治療を受けた方、またはがんの治療を受けている方
- ③がん治療に伴い脱毛または乳房を切除し、補正具等を購入された方

- 申請方法や助成内容等については市町ごとに異なりますので、お住いの市町担当課へお問い合わせください。詳しくは「がんポータルさが」をご確認ください。



り世代を中心とした禁煙対策に取り  
組むことになりました。「卒煙を目指  
そう！」という目標にむけて、職場単  
位でアイデアを出して実践してもら  
い、優秀なアイデアや卒煙の実績に対  
しては県から表彰する事業が計画さ  
れています。医療界では以前から、医  
師、歯科医師、薬剤師、養護教諭、保  
健福祉事務所などが協力して、県内  
の小中学生に防煙教育を行っていま  
す。また、ニコチンの中毒症状（ニコチン  
依存症）で自らタバコをやめられない  
人に対して、140の医療機関で禁煙  
治療を実施しています。

やはりタバコは百害あって一利無し。  
ただ、喫煙者の皆さんはタバコが健康  
に悪いことも、火事の原因になってし  
まうことも、タバコに沢山お金をかけ  
てしまっていることも、よくご存じの  
はず。そんなこと言われなくてもわか

●タバコは二種の麻薬中毒？

どんな時にタバコを吸いたくなりま  
すか？人それぞれ状況は違いますが、  
まとめると「ストレスが溜まっている  
時」「リラックスしている時」または「忙  
しい時」「退屈な時」だそうです。「見  
ると正反対で矛盾しているように見  
えますね。これらの根っこには、タバコ  
を吸い続けてしまう理由があるとい  
うのです。それは「ニコチン中毒」と「タバ  
コへの思い込み」です。

タバコの成分で、依存性があるニコチ  
ンは吸収が早く、肺や口の粘膜から血  
液中に入ると8秒で脳まで到達する  
と言われています。吸収されたニコチン  
は代謝も早く1〜2時間で体から消  
えるため、依存性になってしまっている  
人は一本吸い終わる頃にすぐ禁煙症状  
が出て、次のタバコに火をつけてしま  
うのです。喫煙者にとっては「タバコを吸

つてるし、体が悪くな  
る前にタバコをやめた  
いよ、と思っておられ  
る人も多いのではない  
でしょうか。

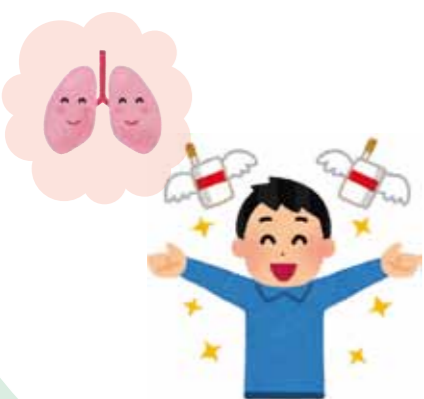
なぜタバコを止めら  
れないのかではなく、  
何故タバコを吸ってい  
るのか？と考えてみ  
ましょう。



うと落ち着く」と思ってい  
るのは誤解で、実際は禁  
断症状が緩和され、落ち  
着いた気分になっているに  
過ぎないのです。こうなる  
と、吸い続けると不安に  
なってしまうという悪循環  
が生まれます。タバコは習  
慣だというのは思い込み  
で、実際は二種の麻薬中毒  
であるという認識を持って頂きたいと  
思います。

でも、精神力でタバコをやめようと  
しても続かないことは多いでしょう。  
禁煙をしなきゃいけない！と思うと  
返ってストレスとなり、タバコに頼って  
しまいます。忙し過ぎる時、手持ち無  
沙汰な時、仕事が一段落した時、人か  
ら勧められた時、お酒を飲んだ弾み  
などにちよっと一本吸ってしまうので  
す。本当は吸った後に更に不安になり  
ますし、血流が悪くなって集中力も落  
ちるし、良いことではないです。

どうしたらタバコを吸いたいと思わ  
なくなるか考えてみましょう。



●タバコは本当に必要なの？

タバコを止めたい時は、「本当に吸  
う必要があるのかな？」ということ  
を真剣に考えた方がいいです。タバコを  
吸うとリラックスできると思い込んで  
いたのが、実は禁断症状を和らげるだ  
けで本当のリラックスではないと分か  
れば、タバコは必要ない、という考えに  
至るのではないのでしょうか。

体内のニコチンを追い出すには3週  
間あれば大丈夫です。でも禁煙を始  
める時、まず3週間だけ何とか我慢  
しよう、なんて思っていたら絶対に続  
きません。タバコを吸わなくなった後  
の健康な体や落ち着いた生活を思い  
浮かべてすごしましょう。周囲の人も  
強制的にやめさせようとすることは  
なく、禁煙したことを誉め続けてあ  
げてください。

タバコ無しの生活が楽しくなるよう  
に、工夫してみるのも良いと思います。



これを読めば、タバコをやめたくくなります

## ～禁煙にチャレンジしてみよう！～



佐賀県医師会  
喫煙対策委員会

美川 優子



●男性喫煙率ワースト1位

佐賀県のタバコを吸う人の割合は、  
全国の中でも非常に高いという事実  
をご存じですか？

厚生労働省の「国民生活基礎調  
査」における2019年の都道府県別  
データによると、佐賀県の喫煙率は21  
.2%で全国ワースト4位、男性喫煙  
率は35.8%で何とワースト1位なの  
です。

喫煙は、肺がんをはじめ多くのがん  
の原因となる他、肺や気管支など呼  
吸器の病気や、心筋梗塞や脳卒中な  
ど血管系の病気の原因となることは  
広く知られています。新型コロナウイルス  
感染症の重症化リスクの要因の一つ  
にもなっています。また、「受動喫煙」と  
いう言葉を聞いたことはありますか？  
か？受動喫煙とは、タバコを吸う人の



吐く息から出る煙や、手に持っている  
タバコからあがる煙を周囲の人が吸い  
込んでしまうことです。タバコの煙は  
直径15μmに広がり、服や髪の毛にも付  
着して拡散すると言われています。そ  
れらにより、タバコは喫煙している本  
人だけでなく、小さいお子さんを含む  
家族や周囲の人にも重大な健康被害  
をもたらすのです。

そのため、国は「がん対策推進基本  
計画」において「2022年度までに  
成人の喫煙率を12%にすること」「妊  
娠中および20歳未満の喫煙はゼロに  
すること」を掲げています。ところが  
現実には全然目標に届いておらず、対策  
が必要です。

●卒煙を目指そう!!

佐賀県では健康維新県民運動の4  
本柱の一つに「禁煙」を掲げており、令  
和4年度の重点目標として、働き盛

