

# Pink Ribbon Festival in Tsukuba



つくばピンクリボンフェスティバル

2006年5月3日（憲法記念日）

つくば国際会議場エポカル



## 報告書

主催 Tsukuba Pink Ribbon Coalition  
NPO法人つくばピンクリボンの会

実行委員長 植野映 筑波大学臨床医学系乳腺甲状腺内分泌外科

副委員長 東野英利子 筑波大学臨床医学系放射線科

共催 筑波大学、茨城乳腺疾患研究会、茨城県、NPO法人乳房健康研究会、つくば市、  
財団法人筑波メディカルセンター、財団法人茨城メディカルセンター、

社団法人茨城県放射線技師会、東京医大霞ヶ浦病院

後援 つくば乳がんネットワーク、NHK水戸放送局、茨城県ウォーキング協会、茨城県看護協会

写真 斎藤 さだむ

Copyright 2006 Tsukuba Pink Ribbon Coalition. All rights reserved.

写真・画像・記事等の無断転載、無断使用をお断りします。

NPO 法人つくばピンクリボンの会



## はじめに

植野 映（つくばピンクリボンの会理事長）

2006年のつくばピンクリボンフェスティバルは600余名の参加を得て終了した。当フェスティバルは、NPO法人つくばピンクリボンの会が主催し、茨城県、つくば市、2大学、2医療施設、3団体が共催、また、NHKをはじめとする4団体の後援のもと、12医療施設、11製薬企業、4診断機器メーカー、7一般企業、6諸団体から協賛を得て、実行された。

日本においては、乳がんによる年間の死者数は2004年に1万人を突破した。この背景には4倍に当たる4万人の新規の乳がん罹患者がいると推測され、女性にとって大きな恐怖となっている。一方、米国では1990年台後半より、乳がんによる死者の減少が認められた。これは、乳がん検診の普及がもたらした効果と考えられており、日本の厚生労働省が画策した乳がん検診の原動力となっている。しかしながら、わが国における乳がん検診の受診率は未だに11%と低迷しており、米国の70%にはるかに及ばない。この検診の普及を目的として、一般市民、医療従事者、患者、行政担当者らが集いNPO法人つくばピンクリボンの会（Tsukuba Pink Ribbon Coalition）を設立した。冒頭の“つくば”はつくば市のみを意味するのではなく、国際学術都市としてのシンボルであり、茨城県のみならず全国的にも国際的にもこの運動の広がりを願ってのものである。また、英名中の coalition（連合）は、前述のそれぞれの市民がそれぞれの立場からこの活動を担うことを表現している。

初回のフェスティバルにおいては700余名の参加があり、反響を呼んだものの、その年度のつくば市における乳がん検診受診率は4%と低迷した。この反省を元に本年のフェスティバルでは乳がん検診の受診率の低迷の原因を探ることを主眼として開催した。その討論の中で、いくつかの問題点が浮き彫りになったことは大きな前進であった。

当フェスティバルでは、より多くの市民が参加し、より良い社会を形成するため自ら活動に参加できるようなイベントを企画した。以下にその各企画の詳細を報告する。

今後ともピンクリボンフェスティバルを通して、乳がん検診の受診率を上げられるよう啓発していきたい。



## 検診

森島 勇・鯨岡 結賀



昨年度同様、県の保健予防課、各検診機関であるプレストピア、茨城県総合健診協会、取手市医師会取手北相馬保健医療センター医師会病院、日立メディカルセンターの御協力をいただき、乳がん検診を行いました。国際会議場の南駐車場に検診車を設置し、受付場所である1階の会議室から順次誘導する形で検査を行い、待ち時間にはつくば総合健診センターの保健師の方々にDVDを用いての自己触診法の指導をお願いしました。検診内容は、30歳代には超音波のみ、40歳以上は超音波とマンモグラフィ、40歳代ではマンモグラフィは2方向撮影としました。事前登録、当日の希望者を合わせ受診者は80名であり、約半数が初回受診者でした。乳がん術後の方でお母様やお姉様をお連れ下さった方、看護師として皆さんに受診を勧める立場からまずは自分で、と初めて検診をお受けになった方など、受診へのきっかけは様々でしたが“マンモグラフィは思ったよりも痛くなかった”、“安心して心地よく検査を受けられるようにと検診車にも様々な工夫がなされているのねー”などのお言葉をいただき、検診受診の輪が少しずつでも広がってくれればと思いました。各検診機関の方々をはじめとして受付、マンモグラフィや自己触診についての説明、指導など、お手伝いいただきました皆様にお礼を申し上げます。

## ♥ ウォーク

東野 英利子

9時過ぎよりウォーク受付開始。グループ担当者を決め、先着順に15人ずつ位で大体のグループ分けを行った。また乳房健康研究会を通して無料提供いただいたエビアンとシンボルマークであるピンクの風船をお渡しした。

10時にピンクリボン風船のアーチを作っていただいた竹園公園の一角に集合。日本ウォーキング協会茨城支部 川上 清さんよりウォークの心構えと称して、主に姿勢、歩き方についての説明があった。その後、筑波大学体育学系鍋倉 賢治先生によるストレッチの指導があった。鍋倉先生のご子息の特別参加もあり、笑いを含む和やかな雰囲気の中、心もほぐれたように感じた。



ストレッチの後、グループごとに順次出発。今回はつくば国際会議場から松見公園の1コースのみとしたが適度な距離だったと思う。ピンクリボンの風船を持って、ほとんど一塊でのウォークは、ある程度の注目を浴びたと思う。比較的ゆっくり歩いたので往復1時間強かった。

First aid として乳腺外科と放射線科のレジデントの先生方にご参加頂き、またいざというときは石川詔雄院長にお願いして筑波メディカルセンター病院が全面的にご協力いただけるということであった。幸い何事も無く無事に終了した。

昨年とは異なり、晴天と暖かさに恵まれ、楽しく行うことができた。

乳がん検診参加者の中にウォーク参加希望者が何人かいだ。超音波検診のみを受診した若い方お二人は終了前ぎりぎりのエントリーで参加できたが、その他の方は原則的にお断りした。

## ＜ウォークスタッフ＞

川上（茨城県ウォーキング協会）・鍋倉（筑波大学体育学系）・藤代、市川、飯田（筑波大学附属病院検査部）・永田、川又、武藤、阪場、都倉、春日（茨城県メディカルセンター）・石島、直井、高柳、小林（筑波メディカルセンター病院）・東野（筑波大学臨床医学系）

## ♥ 乳がん相談コーナー

坂東 裕子



今年のピンクリボンフェスティバルでは新しい試みとして“乳がん相談コーナー”をおこなった。パンフレットやインターネットを介した広報を通じて相談コーナーの希望者を募った。あらかじめ相談内容を整理しておくことにより、各先生方の診療得意分野を考慮しつつ相談者を割り振った。現在乳がんの疑いで検査中の方、すでに乳がんの診断のついている方、治療の副作用に悩む方、再建を考えている方など質問は多岐にわたっていた。部屋には優しい音楽やお花や風船の飾りつけなどをほどこし、また相談者のプライバシー確保のためのパーティション設置などを工夫した。

相談の時間はゆっくりと40分程度を予定し、また相談医は白衣ではなく通常の服装で対応した。当日参加の若干名を加え計16人の参加があった。セカンドオピニオンのような形になった場合もあれば、いつもの忙しい診療と違いゆっくりと時間をとて話ができることが良かったなどの感想をいただくことができ、おおむね好評だったようである。一般にピンクリボン活動では早期発見および検診の普及が大きな目標の一つであるが、実際に乳がんになられた方の治療も含め広い意味での“乳がん撲滅”を目指すつくばピンクリボンの特徴のひとつとして、今後も続けていければと思う。最後に県内のみならず東京、千葉よりご協力をいただきました乳がん治療専門の諸先生に心より感謝を申し上げます。



## バルーンパフォーマンス

上野 修



2回のピンクリボンフェスティバルを通じ、ピンクのハートの風船の存在は、見る人、手にする人たちそれぞれの思いを感じられます。

多くのかたがたの、思いと期待を風船にたくし、街をこれからも、お花のように咲かせていきたいと思います。

心を風船の空間にたくして。



## 特別講演・トークショウ

岡田 益吉



フェスティバルの一環として、特別講演およびトークショウを開催した。

総合タイトル「乳がんを知ろう」のもと、総合司会者として松岡正美（NHK）を得て、特別講演2題、および聴衆参加のトークショウを、エポカル大ホールを会場として行った。

### 特別講演

（1）「私は乳がんと斯く戦った」 演者 霞 富士雄（順天堂大学乳腺外科学教授）（司会：板橋正幸・岡田益吉）



我が国に於ける乳がんの診断と治療のパイオニアの一人であり、世界で最も多くの乳がん手術を手がけた、歴史の生き証人としての霞先生による、乳がんの種類、手術方法の今昔など、映像を駆使してのお話しであった。聴衆は「乳がんと戦う」のは患者だけでなく、医者も同じであることに強い印象を受け、さらに医療技術の進歩の様子を実感した。

（2）「米国における乳がん検診—40歳以上の女性の8割が検診を受けるカリフォルニア」 演者 林 俊矢（カリフォルニア大学健康加齢研究所）（司会：東野英利子）

カリフォルニアの乳がん検診プロジェクトに、創成期から直接関与し、検診率の上昇に貢献された林先生が実体験に基づき、統計資料を示しながらの講演であった。1991年カリフォルニア州政府により始まった比較的低所得者対象のプロジェクトであったが、1993年連邦政府による法制化により、乳がん検診の重要性の一般認識が上昇し、受診者が増加するに従って乳がん死が減少した。財政的補助、社会教育、医療従事者・医療機関の教育と体制整備、この3つが輪となって実行された成果であるという。我が国で同様のプロジェクトを推進する際に大いに参考とすべき問題点が浮き彫りにされた。



### トークショウ

ゲスト：角田博子（聖路加国際病院放射線科医長）、島田菜穂子（イーク丸の内）

司会：松岡正美（NHK）

マンモグラフィとソナーに精通され、乳がんの早期発見のため検診の指導にご活躍の角田先生、ご活躍の場が医療現場だけでなく、広く社会に広がっておられる島田先生、お2人をステージにお招きし、松岡さんの司会による、聴衆と一緒にトークショウであった。聴衆が知らず知らずのうちに乳がん検診について知識を得るよう企画されていた。黄と青など、各自が2枚ずつのカードを持って貰うと、ステージからの質問に対して必ずどちらかのカードをあげることになり、よりいっそう全員参加の効果が上がるのではなかろうか。



## シンポジウム

楊箬 幸恵



シンポジウムでは、市町村が行っている乳がん検診について、行政や検診機関からの発表を通じてその仕組みや実態を知るとともに、受診率の向上のために、どのような対策が必要なのかを発表者や参加者がともに考えることを目指して行われました。

はじめに茨城県からの発表が2題、まず、「茨城県における乳がんの動向」と題して、茨城県保健予防課の高橋光義課長補佐が発表を行いました。次に「茨城県の乳がん検診指針」として、市町村が行う乳がん検診について、県で「指針」を示し、よりよい検診が行えるよう、検診実施体制の支援を行っていることなどについて同じく保健予防課の深谷均係長が発表を行いました。

続いては検診を実施する機関からの発表が2題、財団法人茨城県総合健診協会の松井義博検診部長から「乳がん検診成績」、財団法人茨城県メディカルセンターの三原章男副所長から「茨城県メディカルセンターの乳癌検診」と題し、それぞれの乳がん検診を担う検診機関における検診精度の維持・向上対策と検診実績などについての発表をいただきました。

最後につくば市における乳がん検診の状況を「つくば市の乳がん検診の実情」として、つくば市健康増進課東郷暁子保健師より発表していただきました。

全体の発表を通じ、行政や検診機関など、乳がん検診に関わるそれぞれの組織において、よりよい検診を実施するための努力が払われていることが感じられました。このあと受診率向上のための方策等についてディスカッションに入る予定でしたが、大幅に時間が遅れていたため、会場からいくつか質問を受けて終了することとなりました。

行政の話題が中心で少し難しい印象であったためか、なかなか手が上がりませんでしたが、中央病院の板橋副院长先生から「地域がん登録」制度についての質問がありました。検診にとどまらず、がん対策全般において、基礎データを得るために「地域がん登録」は非常に重要であり、今後一層の充実が望まれるところです。

最後に客席で聴講していた植野実行委員長が、つくば市の東郷さんに、乳がん検診の受診率向上のため関係者は何をすべきか、つくばピンクリボンの会の今後の役割などについて質問を行いました。東郷さんからは、やはり受診率向上のために住民の啓発に力を入れる必要がある、ただし、個々の市町村が個別に行うのでは限界があるので、全国的な啓発が必要ではないかといった意見をいただきました。

司会の水戸医療センター植木先生からは、仮に受診者数が急激に増加した場合、検診機関は今の検診精度を保てるのか、医療機関に患者が殺到した場合、現在の体制で対応できるのかなどの、検診機関や医療機関等の受け皿不足の問題が提示されました。いずれにしても、乳がんの罹患者が急増し、死亡率の上昇にも歯止めがかからない現状において、乳がんについての正しい知識を広め、検診の重要性をひろく県民の方々に知っていただくことは、今後も重要であると思われます。

このような状況の下、国や県、市町村など、行政の積極的な取り組みが今後一層求められるとともに、一方で、つくばピンクリボンの会のような、地域に根ざした活動も非常に大切であると思われます。こうした活動を継続していくことで、ひろく一般の方々に乳がんに対する理解を浸透させていくことができるのだと思います。

医療従事者や患者の方々を対象とした講演会と比べ、検診の大切さをお話しくる講演会はどうしても参加者が集まりにくいのが常ですが、今回のシンポジウムは、茨城県の乳がん検診の枠組みをわかりやすく学んでいただける構成であったと思います。このようなシンポジウムを、いかに多くの方々に聞いていただくかが今後の課題であると感じました。

最後に、今回のフェスティバルを通じ、行政には柔軟で自由な発想と、フェスティバル全体から伝わる多くのスタッフの方々の熱意に、私自身学ぶところが多く、大変勉強になるとともにとてもよい刺激をいただきました。この場をお借りしてお礼申し上げます。





### がん専門看護師セミナー 岩崎 修 [サノフィ・アベンティス株式会社]



フェスティバルの成功おめでとうございます。

近年、乳がん治療における薬物化学療法の発展に伴い薬剤の組み合わせも多様化し、また、副作用対策やメンタルケア等、患者様のQOLにつきましても多様化してまいりました。

そこで、『効果』と共に乳がん薬物療法において非常に重要な要素であります『化学療法時のケア』の面においてその一翼を担っていらっしゃいます看護師様に対する情報提供の場としてこの度の機会を頂き、『実践に役立つ！がん化学療法看護のポイント』と題し、福井県立病院がん化学療法認定看護師である木谷 智江先生にご講演いただきました。

『看護師セミナー』とのタイトルにも関わらず、一般の方も含め、多数の方のご聴講を頂き、改めて乳がん治療に対する関心の高さを痛感し、微力では御座いましたがご協力出来ました事を光栄に感じております。今後とも皆様方のお力になれればと思います。



### 患者の会・患者のための講演会

藤原 登子

くるみの会の会員の皆さんにフェスティバルのボランティア参加をお願いしたのですが、今年のフェスティバルの日程が連休中だったため、農家の方々は田植えの時期にあたり、子供さんが家を離れていらっしゃる方々は子供さんの帰省の時期に重なったりで、今回のボランティア参加は少数の方のみになりました。また展示ブースの参加者も少なかったようです。患者会、展示ブースの皆さん今回は2回目だったので1回目の経験があり準備などの動きは大変スムーズでした。患者会として部屋を別にしていただいたので患者の参加人数は少なかったものの患者間の交流はとてもよく行なわれ、良かったと思います。

患者会の部屋に参加された方は少なかったのですが、午後の「患者のための講演会」坂東裕子先生の「乳がんの治療薬のあれこれ：再発しないために・・・」森島勇先生の「乳がんの再発と治療について」にはテーマが患者の知りたいことだっ



たせいか中ホールいっぱいの方々の参加がありました。若手の両先生の話はとてもわかりやすく乳がんの治療がどのようにおこなわれているかを理解し、患者の皆さんにはご自分のおかれている状態を認識できたのではないかでしょうか。質問も多く出て時間が足らないぐらいでした。くるみの会の会員の方で講演会をお聴きの方が多数いらっしゃいますので、くるみの会では7月に筑波大学病院で坂東先生に学習会をお願いしました。



### 大ホールでの裏事情

MR 代表

#### パソコン受付

私たち MR が各研究会で最も緊張・心配するのが、演者のパソコン受付であります。

この数年間にパソコンのハード・ソフトの目覚しい進歩により、各メーカー研究会や各種学会はスライドでのプレゼンからパソコンのプレゼンに完全に切り替わりました。

それに伴い以下のような事前確認、学会によってはパソコンの種類、ソフトを指定しています。

演者は、パソコン持ち込み？ パソコンの種類は MAC or Windows？ USB スティック？ MO？

CD-R？ また、作成ソフトとバージョンは？など事前に確認すべき事はたくさんあります。これだけ確認していても発表までの時間が差し迫っている時はハラハラドキドキです。特に使用ソフトとバージョンには気を使います。時間をかけて作成して頂いたデータが文字化けやズレを起こす事、

また最悪用意していたパソコンで読めない事があるからです。ピンクリボン05、06とパソコン受付を担当致しましたが、



今年も大きなトラブルも無く終了する事が出来ほっと致しました。



#### ステージの進行

司会の松岡さん（NHK）、実行委員のハ木さんと打ち合わせをした時は、ホール使用時間の都合上、質問を受けるとプログラム通り終わらないので質問は受けないはずであった。しかし、初めの演題から質問を受けてしまい「エ・」どうするの？とMR同士顔を見合わせる。こうなると各セッション質問を受けないわけにいかずズルズル。休憩で少し時間調整出来るかと思ったら最後まで押してしまい、平常心でいた司会のアナウンサーまで焦り出しました。時間かなり過ぎているが演者発表終了までは仕様がない。ハ木さんへ連絡、座長へ時間なく質問打ち切りをご連絡し終了。ハラハラした一面でした。

全体の運営を通じ、どの担当部所においてもスムーズ且つ臨機応変に対応して頂いた各MRに感謝致します。



#### 実行委員より

太田代 紀子

モジ 晴輔

会場編の会式の音楽・会の音楽

なんて美しい五月晴れ！みんなの気持ちを映したような青い空。ピンクのハート型風船が良く映えている。

「一人でも多くの人が乳がんで悲しい思いをしませんように」の実現へ向けての活動

第1回フェスティバルが4ヶ月間の準備期間で開催されたのと比較すると、今回はその期間も長く前回の反省も生かされて解決すべき問題に焦点をあてた内容になったと思う。

すでに乳がんに関心の高い人たちや乳がんにかかる行政関係および検診関係の人たちに向けての講演会、シンポジウム、相談コーナーが用意された。大変好評だった。演題名を見れば、対象の見当もつき参加しやすい配慮がされていたと思う。ただ、「あれもこれも参加したかったのに・・・」と思ったのは私だけだろうか。

行政の人たちが参加してくれたシンポジウム「乳がんを知ろう、あなたは検診を受けたことがありますか？」では、いつもと違う視点の講演を聞くことができたので面白かった。市の乳がん検診予算が思ったより少なくて、何人分？受診率のうちの何%分なのだろうと考えてしまった。県の報告では現在受診率は20%を超えるくらいのことであるから、2025年までに受診率50%を達成したら受診率2倍、予算も2倍だ。精度も高く、対費用効果のよい検診が必要であると再認識した。

乳がん相談コーナーに参加して、緊張の面持ちの相談者が笑顔でお帰りになったのはとても印象的だった。絡んだ糸を解いただけなのだが・・・。日常不安に思うことがあれば主治医に聞くのがいいように思っていたのだが、それが難しいこともあると分かった。来年も続けたいコーナーだ。

無関心の人たちにも参加してもらいたいと、ウォーキング、バルーンパフォーマンス、啓発ブース、トークショーがあった。私は啓発ブースにピンクリボンクラブひたちを出展させてもらった。J-POSH、乳房健康研究会、つくばピンクリボンの会、放射線技師会、県保健予防課とともに通路に出展できたので、フェスティバルに視覚的な華やかさを添えられたと思う。参加者にとって「お買い物」は楽しみでもある。グッズはどこかで「乳がんを知ろう」のきっかけになっているかもしれない。

私もハートの付いたマグカップを愛用している。ひとりでも多くの人にメッセージが伝わると良い。会議室展示ブースではエイボンの豪華な賞品に圧倒された。GE横河による骨密度測定には行列ができ、次々と頑張って測定していた様子が思い出される。東芝メディカル、日立メディコ、ジョンソン＆ジョンソンが医療機器を展示してくれた。



今年は屋内屋外ともたくさんのバルーンが飾ってあって、とても楽しい雰囲気を



出せていたと思う。フェスティバルに関係ない人たちも「何だろう?」と言う顔で楽しんでいた。「ピンクリボン」「乳がんを知ろう」などの文言がどこかにあるともっと私たちの意図するところの効果が出たのかもしれない。風船の持つ不思議な魅力に感動、来年がまた楽しみだ。

植野先生、東野先生をはじめ事務局の皆さん、お手伝いしてくれた皆さん的情熱はすばらしいと思う。受診率向上を目指して、また情報伝達・交換の場としての会の益々の発展を心より願っている。



### 実行委員より

春日 晴夫



風船をガスで膨らます人、風船の口を結ぶ人、風船に糸を取り付ける人、それを芸術と化す人がいて、雑然としたなか、肅々と進むバルーンパフォーマンスの準備に、今日の成功を感じた。その後、担当ごとの準備が進む様は見事なものであった、ボランティアの方々も事前の打ち合わせの無いなか、昨年の経験からすべきことを見事に演じておられた。

かくいう私は、ウォーキングの受付、配布するペットボトルの準備をしながら、参加者の数を皮算用しつつ、心配しつつ、時間は経ち。無事スタートの時間を向かえ、準備体操後 131 名（後日知りました）の方がスタートした模様。私も、受付時間間際に駆けつけいただいた三世代の親子の方としんがりを務め、歩き始めた。

実は、ウォーキングの受付をしていながら、つくばは不案内なためコースを知らず、先行ぐ人に連れぬように歩いたが見失しない、大きな建物の周りは勘を頼り歩いていたところ、前方よりピンクの風船を手にした黒いTシャツの軍団が突然現れたときは感動さえ覚えた。

そんなこんなで無事折り返し、心に余裕も芽生えた帰り道、ピンクリボンの会場を探していた女性に遭遇、「\*\*から来たのですが会場がわからなくて困っていた」とのこと、会場案内をわかり易くしなければいけないと、反省しきり。歩き終えた後は、各実行委員のお手並み拝見、各会場を回りながらお困りのことあれば手助けでもと暫し逍遙。雑事に追われ、はや閉会。少しばはお役に立てたかと自問しつつ、立つ鳥跡を濁さず。

来年もお会いしましょう。



### 実行委員より

光畠 桂子

つくば総合健診センターの保健師は「検診」を担当し、今年はDVDを活用して自己検診の普及を図りました。検診を受けた方から、使用したDVDが欲しいと声をかけてくださるなど、参加者の乳がんに関する関心の高さを実感しました。担当したスタッフは皆さんの前で自己検診の説明ができたこと、他職種の方と交流が持てたこと、治療についての講演やグッズ紹介などが大変勉強になった様です。ピンクリボンのイベントは住民の方に乳がん検診大切さをアピールすることが目的ですが、私たち医療従事者にとっては学びの場でもあることが特徴です。



今年私は受付を担当いたしましたが、ボランティアをはじめ、参加される方の「声」に接することができました。「何のイベントですか?」「今年もTシャツいただけるの?今年は黒ねえ。」「検診受けられます?」「主人と二人です。」「初めてボランティアで参加しましたが盛大ですね。」ここへ来てイベントを初めて知った方、ご夫婦でしっかり学ぼうと毎年参加されている方、ボランティアとして自分も楽しんで参加して眼を輝かせているスタッフなど、改めてこのイベントが参加者によって作られていることを実感しました。



### 実行委員裏話



フェスティバル当日は五月晴れの空の下、朝 7 時過ぎから風船の準備にボランティアが続々と集まってきた。

上野修先生の指導のもとで、なれない作業に戸惑いながら、割ってしまったり、飛ばしてしまったり、あちこちで歓声（悲鳴）が上がる中で、多くの風船が準備されていきました。初対面でも、そこは同じ目的で集まつた仲間たち、あっという間にわきあいあいと協力しあつて風船作りに励んでいるボランティアの姿を見ていると、これから始まる大会の成功が見て取れるようでした。

8 時半に玄関が開き、会場の準備に入ろうとするが、展示会場の鍵が閉まっている・・・ 部屋の中には受付の物品もおいてあり、一同冷や汗の瞬間でした。やっと鍵をあけてもらったときには、ちらほらと参加者の姿が・・・ しかしそこからは早かった。驚くべき連携プレーで開始時刻には準備完了。「これが 2 年目の実力さ」といわんばかりの手際の良さでした。

私の担当の展示会場は、今年も多くの団体に出展協力していただき、参加者のみならず、ボランティアの方々にも見ごたえのある充実した展示コーナーとなりました。骨密度測定のブースは行列ができる盛況ぶりで関心の高さをうかがわせました。茨城県のブースでは、乳がん検診の受診状況が提示され、受診率の低さに驚きの様子が見られました。放射線技師会のブースではマンモグラフィの被ばくに関するデータ・乳がんの画像が展示され、熱心に見る参加者の姿が印象的でした。

大会も無事終了した夕刻にはボランティアのみんなの顔には、やり遂げた充実感と、また来年も参加するぞという決意がみなぎっていました。



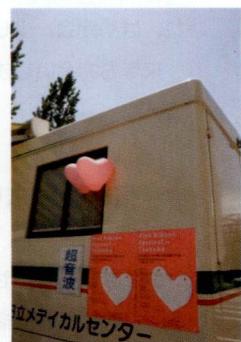
### ボランティアより

甲斐 美津江

5月3日は天候にも恵まれ、参加者も昨年より多いように感じられました。

私は検診部門でのボランティアで参加させていただきました。

参加者は検診の時間まで資料に目を通していました、熱心に自己検診のビデオを見ていました。まだまだ乳がん検診の受診率が低い現状ですが、こういったイベントを通してもっともっと乳がんについて知っていただき多くの女性の方に検診を受けていただけたらと思いました。ぜひ毎年開催できることを願っています。そしてまた参加したいと思います。



### ボランティアより

郷右近 薫

検診を受けに来られた方への検査の説明や案内を通して、一般の方々の乳がんへの関心の高さ、知識の豊かさに驚きました。しかし、検査、特にマンモグラフィに対しての恐怖心はほとんどの受診者の方が持つており、自分が検査を担当する際、いかにその恐怖心や緊張をほぐしてあげられるかが重要だということを改めて感じました。



### 食からピンクリボンの波を広げていこう！

矢澤 容子

つくばピンクリボンフェスティバルに参加して2年。今年は昨年よりもさらに自分自身の問題としてより主体的に参加できたように思います。



「森の会」は筑波メディカル病院の乳ガンの患者の会で、2002年に発足して4年。72名の会員が集っています。森島勇先生の講話会、患者同士の情報交換会、温泉・自然体験ツアー等の非日常体験を通じて、明るく強く前向きに生きるのが会のモットーです。

私自身が2000年に乳ガンの手術を行い、2年後3年後に再発転移しました。毎日の食事を見直し身体全体のバランスを回復することでガンを克服できるとゲルソン療法という食事療法を実践して3年8ヶ月になります。再発しないで3年が経過しています。

私の実践している食事療法をより多くの方に伝え、より健康をとりもどしてもらいたいと「自然食レストランーオリザ舍」をつくばで主宰する加藤成美さんと2005年12月に「ゲルソン療法を実践するランチの会」を立ち上げました。

フェスティバルの患者コーナーでは、森の会やランチの会を紹介しました。

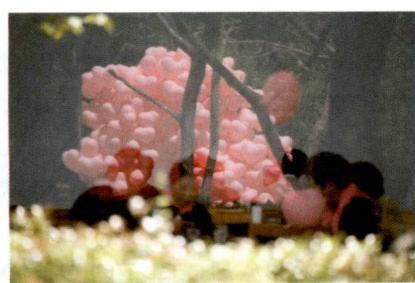
「貴方はガン細胞にせっせと栄養を与えていませんか?」という大見出いで、「ガン細胞を育てる食材」と「ガンに栄養を与えない食材」の一覧を示し、そのしくみをパネルで展示説明しました。立ち止まって興味を示してくださる方がたくさんいらっしゃったのが大きな収穫でした。

霞富士雄Drの基調講演では、「乳ガンにならないための予防は何ですか?」と質問しました。「予防は胸を触りまくることです。」というお答えに「食事で防げないですか?」と再度質問しました。「食事よりも女性の生活スタイルの変化の方が要

因としては大きいです。」というお答えでした。

林俊矢Drの基調講演でも「米国日系人の乳ガンになる割合が白人並になってしまっているが食事が原因なのかよくわからない。」というお話をしました。

フェスティバルが終わって、水戸済世会病院の中山宗春Drから「乳癌を予防するために」という資料が筑波大学の植野映Drを経由して森の会のメンバーにメールで送られてきました。資料の冒頭には「乳がんの約10%が遺伝によるものであり、残りの約90%は食生活、運動習慣、アルコールや喫煙などの生活習慣によると考えられていて、自分の努力で運命を変えて行く余地が大きいのです。」とありました。これだと確信しました。



私が今回のフェスティバルで得た一番大きな成果はこの中山Drのメッセージでした。最も基本の生活習慣の改善を、その中でも特に食を見直しコントロールすることでガンを予防し克服できると考えているDrがいらっしゃることを知って、どれほど心強く感じたことでしょう。食からピンクリボンの波を広げて行けたらと願っています。



### つくばピンクリボンフェスティバルに参加して

佐藤 真理（ジョンソン・エンド・ジョンソン(株)）

日本でも数年前よりスタートし、各地で活動の輪が広がっているピンクリボン大会に、我がジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社も参加させていただいております。

まずは『“ピンクリボン活動”を認知してもらう事』を目標として、イベント性の高い企画を実施し、一般の方々の参加を呼びかけているケースもありますが、今回のつくばピンクリボン大会では『認知』に加え『実際の受診行動につなげていく事』を目標とし、それに正面から向き合っている感を強く受けました。

このような啓発活動が実施されても、受診率は急速には向上していません。“乳がんは怖くない”“早期発見が大切！”“積極的にマンモグラフィ検診を受けましょう！”というメッセージは強く受けとめたものの、検診受診行動に結びつくケースが少ないのです。

ピンクリボン大会を通して、“私もマンモグラフィ検診をうけようかな?”と思ったとしても、具体的にどこに行けば受診できるのか?という実施施設表示をしないで終わっている大会が多く有りました。また、訪問施設がわかつても受診手順が明確に表示されていない、毎日実施している施設ばかりでも無いという事も重なり、受ける気持ちが芽生えたものの、結局タイミ





シングを外し時が過ぎる、を繰り返している方々がいます。会の会場内に展示や販売小販などと連携取り組んでいたり、また会場内では、乳癌検診や乳癌予防講演、食生活指導等も開催されましたが、しかし、今回のつくばピンクリボン大会はこの点が明確になっておりました。

加えて現状の問題に対し、先生方が行政を巻き込み討論する場を公開したり、展示やトークショーも乳がん検診の重要性に的を絞った企画が満載で、参加者した方々にはすっかりと響くものになっていたと感じました。

活気溢れる大会となった原動力は、先生方の強いリーダーシップと、その意志に賛同された放射線技師、ナース、スタッフの皆様の結束力であると感じました。

このような良い時間を共有させて頂いた事、とても嬉しく思います。来年の開催も心待ちにしております。



### つくばピンクリボングッズを作りました。

坪井 光子

第2回フェスティバルに向けての話し合いの中で、何かグッズを開発しましょうということになりました。私達の会には筑波大の田中佐代子先生がデザインして下さった素敵なシンボルマークがあります。この可愛いデザインが生きて、日々使えるもので、楽しめるものは? ありました、ありました。まずはクリヤファイル。留学中の田中先生にご相談したところ、それならレイアウトもしてあげましょう、という何とも嬉しいお返事で、おまけに3種類も作って下さいました。どれも魅力で3種類とも各2000枚作ることにしました。

次いで定番のピンブローチとリストバンド。インターネットで製造会社を探し、つくばハート型ピンブローチ(1000個)を発注しました。リストバンド(1000本)は、米国の製造元に発注し、国内で注文した場合の約半額で手に入れることができました。

そしてマグカップ。つくば在住の作家のものがいい。肝心なのは作家の人柄がいいこと。だって毎日使うものだから。由良利枝子さん(京都市立芸術大学卒、朝日や毎日他各賞受賞)にお願いしたところ快諾して下さい、予想通り、つくばハートをいろいろな手法であしらった、一つ一つ個性のあるなんとも素敵なかップが131個も揃いました。



このつくばピンクリボングッズが身につけられ、使われて、少しずつでもこの啓発運動が広がっていけたらいいなと思っております。

クリヤファイル3枚セット 500円

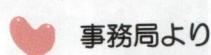
リストバンド 200円

ピンバッジ 500円 (以上3点セットで1,000円)

マグカップ 1500円

で販売しました。

グッズはまだまだありますので、どうぞいつでも事務局の方へおっしゃってください。



### 事務局より

ハ木 淳子

昨年11月事務局がつくば総合健診センター内に設置され、今回のフェスティバルの準備は初めて事務局らしい雰囲気の中行われました。またNPO法人として認可されて始めてのフェスティバルもあります。今年も植野実行委員長の攻めの姿勢は変わらず、プログラムは昨年に輪をかけて盛り沢山、講演会場はパラレルになるし、



新しい試みのイベントも、、とにかくやるしかないので、すべて前倒しに進めるつもりでしたが、なかなか思うようには行かないものです。ポスター・パンフレットは、デザイン担当の田中佐代子先生がオランダ留学中のこともあり早い時期に取り掛かったつもりでも、郵便振込表の許可などに手間取り、結局ぎりぎりでした。プログラムでの追加や変更によるレイアウトの再三の変更にも、田中先生は柔軟に対応して下さいました。そのころ、ポスター・パンフレットの修正のお願いを深夜にメールで田中先生に送ってから就寝するのが常でした。なんと朝起きてみると、時差の関係で、もう出来上がったものが田中先生から送られてきているのです。それはまさしく“小人の靴屋さん現象”でした。それを何十回繰り返したことでしょう。なかなか日本のメダルが取れないトリノオリンピックの生中継を見ながらの深夜の作業も、今では懐かしい思い出です。



パンフレットが完成するとすぐに募集が始まり、事務局の仕事は途切れることはありませんでしたが、なんといっても一番の心配は資金繰りでした。今年は事務所立ち上げ時のインフラとピンクリボングッズの開発などを手がけたせいもあり、どうなることやらとひやひやしましたが、各委員の努力の甲斐あって、協賛各社・各機関のご理解と温かいご協力を得ることができ、黒字に転じることができました。

事務局は、常駐できるスタッフがいるわけではなく、3人体制で交代しながら進めましたが、皆それぞれ仕事を持つておらず、何とか都合を付けあってのやり繰りでした。

桜を愛する余裕もないまま、季節は巡り、新緑まばゆい中、つくばピンクリボンフェスティバルが開催されました。当日の朝会場に到着したら、入口はすでにあざやかなピンクのバルーンとそれをどんどん生み出している当日ボランティアの方々で一杯。みんな朝早くから働いているのに、なんという和やかな表情なのでしょう。事務局を守っていたのは3人だけれど、これだけ多くの人が影で支えてくれていたことに改めて感動を覚えました。全部の会場を見る事ができませんでしたが、スタッフ・ボランティアの方がきびきびと動き、皆様のボランタリーな心と良識とすべてうまく周っていたと直感しました。

このような素敵な気持ちを与えてくれるこのフェスティバルに、またそれを支えて下さったすべての皆様に心より感謝いたします。



## 参加者数

総数 605名 [内 高校生以下7名]

イベント別	乳がん検診	80名
	ウォーク	131名
	乳がん相談	16名
	講演	355名



## 主催・共催・後援・協賛

主催：NPO 法人つくばピンクリボンの会

共催：筑波大学、茨城乳腺疾患研究会、茨城県、NPO 法人乳房健康研究会、つくば市、財団法人筑波メディカルセンター、財団法人茨城メディカルセンター、社団法人茨城県放射線技師会、東京医大霞ヶ浦病院

後援：つくば乳がんネットワーク、NHK 水戸放送局、茨城県ウォーキング協会、茨城県看護協会

協賛：財団法人茨城総合健診協会、財団法人日立メディカルセンター、取手市医師会病院、プレストピアなんば病院、筑波記念病院トータルヘルスプラザ、広沢グループ、つくば学園ロータリークラブ、医療法人おおたしろクリニック、あおやぎ医院、岩佐医院、医療法人弘仁会志村病院、医療法人こここの実会嶋崎病院、二の宮越智クリニック、KG 竹園クリニック、サノフィ・アベンティス株式会社、アストラゼネカ株式会社、武田薬品工業株式会社、中外製薬株式会社、ノバルティスファーマ株式会社、大鵬薬品工業株式会社、プリストル・マイヤーズ株式会社、塩野義製薬株式会社、日本化薬株式会社、協和発酵工業株式会社、ジョンソンエンドジョンソン株式会社、東芝メディカルシステムズ株式会社、株式会社日立メディコ、GE 横河メディカルシステム株式会社、アロカ株式会社、株式会社スヴェンソン、エイポン・プロダクツ株式会社、株式会社ワコール、ユニー株式会社、日本生命保険相互会社、ピンクリボンクラブひたち、くるみの会、森の会、NPO 法人 J-POSH



### 実行委員

阿部聰子（鉄蕉会亀田総合病院） 飯泉淳（飯泉歯科医院） 石山マチ子（Boutique Yellow Tree Machiko） 板橋 正幸（茨城県立中央病院・地域がんセンター-病理科） 市川里美（筑波大学附属病院検査部） 井上 恵子（筑波大学附属病院930） 植野 映（筑波大学臨床医学系乳腺甲状腺内分泌外科） 上野 修（上野歯科医院） 太田代紀子（おおたしろクリニック） 岡田周子（主婦） 岡田 益吉（（財）国際高等研究所） 小田陽子（筑波大学臨床医学系乳腺甲状腺内分泌外科） 小野幸雄（つくば総合健診センター） 貝塚 広史（貝塚みづき野クリニック） 春日 晴夫（（財）茨城県メディカルセンター） 加藤 勝義（茨城県総合健診協会） 川口広子（筑波大学附属病院730） 鯨岡 結賀（筑波記念病院放射線科） 楠木 成子（筑波大学附属病院730） 小菅 仁子（筑波大学附属病院901） 小関暎子（筑波記念病院放射線科） 小林 昇（（財）茨城県メディカルセンター） 坂井 朋夫（東京医大霞ヶ浦病院 放射線部） サンギータ（筑波大学臨床医学系放射線科） 菅谷嘉恵子（筑波大学附属病院） 助川 みや子（筑波大学附属病院901） 鈴木武樹（取手北相馬保健医療センター医師会病院） 田生千鶴子（筑波大学附属病院930） 田中佐代子（筑波大学芸術系視覚情報デザイン科） 坪井光子（アルスホール ミュージアムショップ） 東野英利子（筑波大学臨床医学系放射線科） 鍋倉賢治（筑波大学体育センター） 鍋山 隆弘（筑波大学体育学系） 萩谷 雅智（茨城県保健福祉部保健予防課） 林 俊矢（UCSF健康加齢研究所） 坂東 裕子（筑波大学臨床医学系乳腺甲状腺内分泌外科） 藤代典子（筑波大学附属病院検査部） 藤原 登子（くるみの会） 光畑 桂子（つくば総合健診センター） 向井 陽美（筑波大学先端学際領域研究センター（TARAセンター）） 茂木瑞子（あけぼの会） 森島 勇（筑波メディカルセンター病院乳腺甲状腺外科） 八木淳子 楊箸幸恵（茨城県保健福祉部保健予防課） 山田 陽子（森の会 筑波メディカルピンクリボンの会） 横田すい子（筑波大学附属病院730）





## 当日のアンケートより〔抜粋〕

### イベントについての意見・感想

内容も充実していて、講演会の質問もしやすい形式でよかった。とても勉強になった。  
すばらしい地域の取り組みだと思う。全国に広がればいい。  
病院の選び方などが知りたかった。  
トークショーは一般向けで、わかりやすかった。シンポジウムは専門的な内容を含み、一般の人には難しい内容もあったが、県や市町村の取り組み、目指すものを探ることができた。  
このようなイベントを知らない人も多いのでもっと宣伝が必要。  
去年も参加した。去年は大ホールでさまざまな話が聞け、今年は中ホールでもっと具体的な治療について聞けてよかった。骨密度の検査もできた。  
内容はほぼ良かった。PRをもっと一般向けに広く行ったほうがよい。医療関係者や患者はある程度知識をもっているが、一般の人たちで検診の重要性を認識している人が少ない。

### つくばピンクリボンの会に期待する活動

今後もこのような取り組みを継続してほしい。  
自治体が予算を出し組織化して、もっと積極的に推進すべき  
再発予防を目的とした活動もお願いしたい。例えば治療後の体力と生活についてのサポート等  
乳がん患者、その家族のために役立つ情報の集約。ウェブ上などで団体、機関との繋がりを充実させる等  
もっと気楽に受診できる診断法を見付けてほしい。痛いし、恥ずかしい。でも技師が女性でよかった。  
このフェスティバル以外にも他のイベントにも協力して、この運動を広げてほしい。  
このような団体があり心強く思う。  
このような運動を通して、暗く切ないというがんに対してのイメージが少し変わればいいと思う。  
若い年齢層に乳がんの早期発見の啓発をしていく必要がある。例えば、高校生、大学生、新成人を対象に講演を行う等。



第3回つくばピンクリボンフェスティバルは、

2007年5月13日（日曜日 母の日）

に開催予定です。

皆様のご参加

お待ちしております





**NPO法人つくばピンクリボンの会  
Tsukuba Pink Ribbon Coalition**

Tel/Fax 029-856-2002

e-mail [tsukuba-pinkribbon@nifty.com](mailto:tsukuba-pinkribbon@nifty.com)

〒305-8691 筑波学園郵便局私書箱20号 つくばピンクリボンの会

〒305-0005 茨城県つくば市天久保1-2つくば総合健診センター内

<http://homepage2.nifty.com/tsukuba-pinkribbon/>