

# Pink Ribbon Festival in Tsukuba 2014報告書





# つくばピンクリボンフェスティバル2014

Breast Cancer Awareness

〈10周年記念〉つなげようピンクリボンの輪

～輝く明日のために～

タイムテーブル 2014年4月29日(火) 昭和の日

8:30	『ピンクリボントレイン・ウォーク&ラン』 受付開始 つくばセンター広場
9:00	ハートの形づくり (写真撮影)
9:30	トレイン&ウォーク5km 出発 つくば駅～研究学園駅 / TX 乗車 研究学園駅前公園～つくばセンター広場 / ウォーク
	ラン10km 出発
11:30	フラダンス つくばセンター広場ステージ 世川 Namakaonalani 博子 つくばハワイアン協会
12:30	『10周年記念イベント 講演会と音楽会』 司会：鈴木もえみ 開場 ノバホール
13:00	開会式 主催者挨拶 (名誉大会長：市原健一つくば市長) 来賓挨拶 (茨城県知事：橋本昌様) 開会の辞 (大会実行委員長：植野映)
13:15	講演「遺伝性乳がん・卵巣がん」 －アンジーの次の選択：婦人科がんのリスクを考える－ 市川喜仁 国立病院機構 霞ヶ浦医療センター
14:10	講演「乳がんと口腔ケア」 石黒慎吾 筑波メディカルセンター病院
15:15	オーケストラ演奏 筑波大学医学フィルハーモニー&つくばドクターズオーケストラ 指揮 井口聖一 (いぐち皮フ科形成外科クリニック院長)
16:30	閉会の辞 (名誉大会実行委員長：松村明 筑波大学附属病院長)



発行：NPO法人つくばピンクリボンの会

写真撮影：齋藤さだむ その他

写真・画像・記事等の無断転載、無断使用をお断りします。

**主催** つくばピンクリボンフェスティバル 2014 実行委員会  
**NPO 法人**つくばピンクリボンの会 **Tsukuba Pink Ribbon Coalition**

**名誉大会長** 市原健一 / つくば市長  
**名誉実行委員長** 松村明 / 筑波大学附属病院長  
**実行委員長** 植野映 / 公益財団法人筑波メディカルセンター 専門副院長

---

**共催** 茨城県保健福祉部保健予防課、つくば市、茨城県医師会、茨城乳腺疾患研究会、公益社団法人茨城県診療放射線技師会、公益財団法人茨城県総合健診協会、筑波大学附属病院、公益財団法人筑波メディカルセンター、公益財団法人日立メディカルセンター、一般財団法人茨城県メディカルセンター、総合病院土浦協同病院、医療法人社団筑波記念会筑波記念病院、公益社団法人茨城県歯科医師会

---

**後援** 茨城県ウォーキング協会、NHK 水戸放送局、公益社団法人茨城県看護協会、一般財団法人研究学園都市コミュニティーケーブルサービス (ACCS)、土浦ケーブルテレビ株式会社 J : COM 茨城、株式会社茨城放送、株式会社常陽リビング、認定 NPO 法人乳房健康研究会、朝日新聞水戸総局、毎日新聞つくば支局、東京新聞水戸支局、首都圏新都市鉄道株式会社

---

**協賛 (順不同)** 医療法人社団筑波記念会筑波記念病院、一般財団法人茨城県メディカルセンター、一般社団法人石岡市医師会石岡市医師会病院、つくば学園ロータリークラブ、つくばシティロータリークラブ、学校法人広沢学園 取手歯科衛生士専門学校、広沢グループ会長広沢清、関彰商事株式会社、株式会社カスミ、東洋羽毛北関東販売株式会社茨城営業所、前島レディースクリニック、産前産後ケアサロン助産院ら・くな、二の宮越智クリニック、医療法人社団新岳会研究学園クリニック、永田歯科医院、医療法人おおたしろクリニック、土浦産婦人科、杉谷メディカルクリニック、医療法人広翔会員塚みずき野クリニック、古河ヤクルト販売株式会社、有限会社宮島達男事務所、茨城県立つくば美術館内ミュージアムショップ a、株式会社横山印刷、株式会社アートネイチャー、西谷照男、関 勇、関 早苗、株式会社イセブ、常陽銀行研究学園都市支店、アストラゼネカ株式会社、エーザイ株式会社、株式会社ヤクルト本社、グラクソ・スミスクライン株式会社、サノフィ株式会社、日本化薬株式会社、ノバルティスファーマ株式会社、ファイザー株式会社、塩野義製薬株式会社、久光製薬株式会社、協和発酵キリン株式会社、小野薬品工業株式会社、大鵬薬品工業株式会社、中外製薬株式会社、日本イーライリリー株式会社、武田薬品工業株式会社

---

**協力** 日本ボーイスカウト茨城県連盟つくば第3団、ピンクリボンクラブひたち、くるみの会、たんぽぽ会、森の会 - 筑波メディカル・ピンクリボンの会  
田中佐代子 / デザイン、山本美希 / イラスト



## ♥ つくばピンクリボンフェスティバル10周年

実行委員長 植野 映

茨城県の乳がん検診受診率は当初11%であったのがこの10年で39%にまで上昇した。この検診受診率の向上につくばピンクリボンの会のフェスティバルが貢献したことは疑いの余地もない。一方、乳がんの罹患者数は徐々に上昇し、今では、新たに年間6万人の方が乳がんにかかっている。現在の生活のあり方を観ると乳がんの発症はこれからも増加すると予想される。

しかしながら、昨年になり初めて朗報がもたらされた。乳がんによる死亡者数が減少したという統計が対がん協会の調べで明らかになったのである。この死亡者数の減少には(1)乳がん検診の普及、(2)抗がん剤の開発が考えられており、どちらによる影響かは、まだ、時期を経なければ解明はできないであろう。いずれにしても現時点では早期発見早期治療が最良の方法であることには違いない。

10回目のフェスティバルを迎えるにあたり、早期発見早期治療をさらに啓発できるかを実行委員のみんなで探ってきた。ここのところウォークを中心としてキャンペーンを行ってきたが、もう少し多くの方に幅広く訴えられる企画をと探してみた。その結果、浮上したのが音楽愛好家にも焦点を当ててみようということであった。幸いにも医学関係にはクラシックを愛好する方が多く、県内には井口先生という形成外科医でありながら国際的にも知られた指揮者がいる。彼にお願いしたところ快く受諾していただき、瞬間に“つくばドクターズオーケストラ”が編成された。それに医学生らが加わり、50名を越える大編成となった。曲も聴きやすいのを選んでくださり、当日は外科医の坂東先生の解説のもと聴きごたえのある演奏会になったことは皆さんの記憶にある通りである。

また、世川Namakaonalani博子さんとつくばハワイアン協会の黒沼さんにはフラダンスも企画していただいた。これはウォークとランとのゴールを飾るには最高の催しとなった。

ウォークはピンクリボンフェスティバルには欠かせない催し。つくばは、この季節は花が満ち溢れる最高の時である。今までいろんなコースを歩いてみた。どの道歩いていても楽しい。が、ここで新しい企画をと思いついたのがつくばエクスプレス(TX)をピンクに染めることであった。Hijackと遊び心を込めてみんなで乗りこんでみた。TXは思ったより大きく完全占拠とはいかなかったがつくば駅がピンク一色となりそれなりにピンクリボンをアピールするには十分な参加者であった。

(ご協力いただいた首都圏新都市鉄道の皆様には感謝申し上げます。また、行き合わせた乗客の皆様は突然のことで驚かれたことと思います。ご迷惑をおかけいたしましたことお詫び申し上げます。私たちはこのような運

動をしていました。)

今回の講演会では橋本茨城県知事、市原つくば市長より貴重なお話をいただいた。今後とも乳がん検診には力を入れて乳がんの予防を計りたいとのことであった。今後の県の検診指針を策定するに当たり、行政のトップに理解をいただけていることは本当に心強い。我が国での乳がん検診受診率50%越えの一番乗りを果たしたいと新たに決意した次第である。

講演に際しては、家族性腫瘍に関して市川先生からお話をいただいた。アンジェリーナさんの予防的乳房切除から始まり、卵巣がんの予防まで懇切丁寧な内容。今の医学の進歩には目を見張るものがあった。遺伝との関わりもあり、サイエンスのみでは片づけられない非常にデリケートな今後の課題と認識されたものと思う。

石黒先生は、国内でも早くから化学療法と口腔ケアについて問題視してきた医師の一人である。齲歯(うし、虫歯)、牙周炎、顎骨壊死と薬物の関連性を話し巧みに講演された。

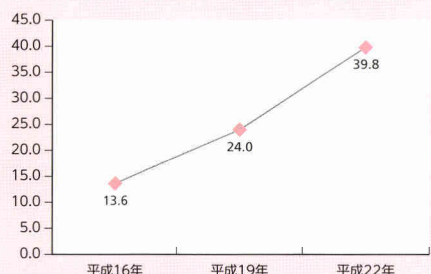
これらの司会進行をみごとに鈴木もえみさんが取り仕切った。最後に司会を担当していただいたMoemiさんとともにもう一度シュプレヒコールを挙げたい。

“乳がんをぶつつぶせえ~”



さて、皆さん、いろいろと盛り上がったフェスティバルでありましたが、一般の方、患者、行政の方、企業の方、医療従事者に支えられての催しでした。いろんな企画に参加したくても参加できなかった実行委員、ボランティアの皆様、本当に感謝いたしております。今後とも受診率50%越えを目標にお互いに頑張りましょう。

茨城県乳がん検診率(40歳以上の女性)





## ♥ 開会式

10周年を記念して知事も参加していただきました。



茨城県知事 橋本昌

## ♥ TXジャック！

平井理心  
筑波大学附属病院

「TXをジャックしたいんだけど。」それは、植野映先生の一言から、はじまりました。

まわりにいた数名の実行委員が、驚いて目を丸くしているのをよそに、植野先生の言葉が続きます。「TXをピンクに染めるの。やってみたいんだよな〜。」

それから、中野さんを中心に作戦会議。TX本社への挨拶とイベント協力依頼を行い、ポスターに「トレイン・ウォーク」と掲げました。が、それからが——TXには風船を持ち込めない、どうしようか。つくば駅までの誘導は？ 改札口はどう通過する？ 切符はいつ購入して、いつ参加者に渡す？ 研究学園駅で乗り越さないかな？・・・何せ、初めての経験です。いろいろと課題が出てきました。それを一つ一つ、実行委員で話し合い、検討を重ねて、いよいよ本番。

実行委員の読みどおり、参加者約300名、お天気も悪くはない。順調に事は進むと思っていましたが、そうはいかないのが初体験。つくば駅への到着が予定よりも早すぎて、予定よりも早い便に乗ることに急遽決定。そんな、想定外の事態にも関わらず、参加者誰一人と怪我なく、事故なく、楽しいトレイン・ウォークとなったのは、実行委員やボランティアのみなさん、またTX関係者の

方々の臨機応変能力のおかげです。

誰も、できない理由を探さない。常に「どうしたら、できるか。」を考えて、仲間と共有し合いました。本当に素晴らしいチームワークでした。

ピンクのTシャツを着た約300名がTXに乗り込み、TXジャック！ 大成功!!

ただ、300人乗っても、まだまだ余裕のTX。そっか、電車って大きいんだ。実感。

## ♥ つくばピンクリボンフェスティバル 2014 10周年記念 に参加して

太田代 紀子  
おおたしろクリニック

久々の早朝から参加でした。初めての試みであるTXを利用するウォークコースです。なんだかドキドキしていました。実行委員の段取りが素晴らしく、皆が無事に研究学園駅前公園に到着し、そこから大きなピンクのリボンとなるウォークができました。行き交う人々はどう思ってくれたのでしょうか。

ピンクは何の色？

乳がんを思う色

リボンはなに？

人とのつながりを思うもの

今日は何の日？

一人一人が自分を見つめる日

みんなが自分を大切にする日

だから

検診を受けようと思う日

思えば10年前の年末に植野映先生のお声掛けで「ピンクリボン活動をしよう！」と熱い思いで集まったのが始まりでした。今でも変わらない情熱を感じます。まだ検診受診率は目標の50%に達しませんが、もう少しの所まできています。私たちのハートが届きますように…。

## ♥ つくばピンクリボンフェスティバル に参加して

堀口由利子・小澤昌美・川又尚子  
茨城県メディカルセンター

今回のピンクリボンフェスティバルではウォーク最後尾担当で参加しました。

つくばピンクリボンフェスティバルのウォークに参加するたび手作りのバナーを持って歩きたいね。と話しながら参加していました。10周年という今回それが実現できたことを嬉しく思います。

私たち茨城県メディカルセンターの乳房健診は受診者の方に少しでもリラックスして検診を受けていただきたくお部屋にミニタペストリーなど飾ったりしています。

今回のバナーの作成にあたってはつくばピンクリボン



TXつくば駅まで移動



のシンボルのハートを基調にお部屋に飾ってあるミニタペストリーをつけ乳がん検診の大切さをアピールできればという思いで作成しました。

フェスティバル始まって以来初めてというピンク色のTシャツを着てウォーキング開始。車で行き交う人達にもバナーを見てもらうことが出来、乳がん検診のアピールに僅かながら貢献出来たのではないかと思います



## ♡ ランについて

東野 英利子

つくば総合健診センター

今年のランは事前のアナウンスがよかったのか、予定61名、実際参加52名と昨年よりも多くの方にご参加頂きました。安全に行うには今の体制ではこのくらいが妥当かと思いました。ウォークの方と途中ですれ違ってハイタッチをしたいという大会長の御希望に沿うために時間調整に少し苦労しました。実際にはウォークの方々を見送ってしばらくしてから準備運動開始、スタートと少し時間をもてあました感があります。その時に行うことを考えておけばよいかと思います。

実際のランは2グループに分かれて行いました。これは信号待ち等が1グループでは多すぎるので便宜的に分けたのですが、適切な人数であったと思います。第1グループにはつくば総合健診センターの保健師の竹内まどかさんをはじめ、実行委員の原先生がいて、第2グルー



プの先頭は竹内さんのお友達夫婦にお願いし、私は最後尾を走りました。今回は休憩をコンビニ駐車場ではなく、公園で行ったので、気兼ねなく休むことが出来ました。時間調整で当初予定していなかったLALAガーデン周囲を走ることにしましたが、参加者は皆最後まで元気だったと思います。転倒して膝をすりむいた方がいました。特に問題はありませんでしたが、次回は救急箱の内容を少し検討したいと思います。

ウォークの方とのハイタッチも出来、また初めてあった方々が会話をしながら走るという、和気あいの感じがとてもよかったです。

## ♡ ピンクリボンラン

竹内まどか

筑波メディカルセンター つくば総合健診センター

これまで何度か、ランのイベントに参加させていただいたことがありました。これまで是一般の参加者としてでしたが、今回は実行委員として走らせていただくことになりました。

今回の私の課題は、植野先生の「ウォークとランがすれ違う時にハイタッチをしたい」というご希望を成功させることでした。ウォークとランは一部違うコースとなっていたので、うまくペース配分をしないとすれ違うことすらできない可能性がありました。先頭でのペースメーカーを仰せつかったのも、そこが心配でしたが、ウォークの参加者の方々としっかりハイタッチをすることができました。

ランには60名近くの方が参加されました。中には初めて10kmを走る方もいらっしゃいました。ゆっくりとしたペースで、こまめに休憩を入れながら走ることで、初めて走った方も小学生も全員走りきることができ、ほっとしています。

ゴールであるつくばセンター広場へ向かう遊歩道を、ゴール間近のウォークの参加者の方々がピンク色に染めていました。そこへ私たちランナーも加わり、ウォークの方々と声を掛け合えたこともとてもよかったです。

ただ、ランではあまり大きな物を持って走ることは難しく、ウォークのような乳がん検診のアピールができるようなものはありませんでした。乳がん検診の啓発活動の一環なので、ランでも何か媒体があればもっとアピールできてよかったかなと感じています。

今回のピンクリボンフェスティバルは10周年ということで、そこに参加させていただいたことをとてもうれしく思います。今後も乳がんの早期発見・早期治療により命が救われる人が増えるよう、ピンクリボンの活動を心から応援しています。



## ♥ 講演会

永田 脩

私は一般市民向け講演会の演者の先生のお世話等をして頂きました。

講演は、市川喜仁先生の「遺伝性乳がん・卵巣がん〜アンジーの次の選択 婦人科がんのリスクを考える」と石黒慎吾先生の「乳がんと口腔ケア」の2講演でした。

昨年末にでた「乳がん診断ガイドライン2013の改定のポイント」等で大きく取り上げられている「術前化学療法」と「遺伝性乳がん」がしっかり盛り込まれた内容でした。市川先生のお話は以前研修会で拝聴した事があり、一般の方には専門的であり最先端でもあるので難しいのではないかなと心配しましたが、来場者の方々が興味を持つ話題を混ぜながら「知っておく事」「予防できる方法もある事」を丁寧に分かり易く御講演頂きました。石黒先生のご講演では「がん」とはどういったものか、副作用がどうして起こるのか から話された時は「えっ、ここから」と時間の心配をしましたが有名進学塾の名物講師のような話術で、簡潔にまとめて頂きました。特に術前・加療中・術後 がん医療を理解した一般の歯科医師が口腔ケアに関与する事・経口摂取支援により術後経過が良くなり・副作用で悩む期間が短くて済む事を話して



頂き、歯科医師の私にとってありがたいお話でした。本来コンサート等を行うホールですので、色々問題が出ることも予想されましたが、会場準備の方々が完璧な準備をして頂き音響などのトラブルもなく無事終了しホッとしました。このフェスティバルを通して実

行委員・ボランティア・参加者の方々が、一つの同じ目標に向かって、それぞれの役割を、声を掛け合い助け合いながら頑張る一つのチームであり、医療現場で言われている「患者さんとその家族も含めたチーム医療」のようだと感じました。素晴らしいフェスティバルになったと思います。お手伝いの機会を頂き感謝いたします。

## ♥ 10周年記念オーケストラ演奏会

井口聖一

いぐち皮フ科形成外科クリニック

今回つくばピンクリボンフェスティバル10周年ということで、演奏会をやりたいというお話をいただいたのは、昨年の初秋のころだったと思います。筑波大学形成外科の後輩でつくばメディカルセンター病院で乳房再建をやっている佐々木京子先生とFacebookで知り合い、植野映先生ともFacebookでつながり、メディカルセンターの植野先生の外来へお邪魔しました。約20年ぶりに植野先生とお会いした訳ですが、精悍なお姿と素敵な笑顔は変わっていませんでした。うれしそうに「音楽会をやりたいたいけど」とおっしゃっていたのが印象的です。

その後、筑波大学医学群の学生たちのアンサンブル「筑波大学医学フィルハーモニー」に連絡をとったり、卒業生で参加してくれそうな方に連絡するうちにどんどん参加希望者が増えて、最終的には57名もの仲間とステージに乗ることができました。

今回はピンクリボンの趣旨に沿って、親しみやすい曲、元気の出る曲を中心に選曲しました。実行委員会が出た希望曲も取り入れました。人集めや楽譜の手配、楽器の手配、練習と手間のかかることもありましたが、学生さんが非常によく協力してくれて、大きな問題も無く本番を迎えました。本番も鈴木もえみさんのプロフェッショナルな司会、坂東先生のたくみなアシストで、盛り上がって終わることができました。せっかくのいい企画なのでもう少しお客さんが多かったらいいのと思いました。

この企画で再会した卒業生も多く、是非またこのような企画があればオーケストラを結成してご協力したいと思います。今後ともよろしく願いいたします。今回はおつかれさまでした。





## ♥ ノバホール 講演会・音楽会・写真 ポスター展示

野口 恵

今回のフェスティバルはノバホールで開催されました。ノバホールを使用するのは初めてのことでした。来場者の方が楽しんで頂けるよう、ご来賓の方々、講師の先生、音楽会の出演者の皆様が困ることの無いように、何度もノバホールに足を運び、準備を進めて行きました。

そして迎えた当日、ハワイエにはつくばピンクリボンフェスティバルのあゆみを写したたくさんの写真とポスターが展示され、大きなスクリーンを利用した講演会、本格的なオーケストラの演奏による音楽会が行われ、10周年にふさわしい記念的なフェスティバルになったと思います。

展示会の掲示、講演会・音楽会のセッティングと、たくさんの労力が必要でしたが、スタッフの皆様は常に明るい笑顔で素早く的確に作業をして下さいました。これだけ大きなフェスティバルを無事開催できたのも、ご支援いただいた皆様、フェスティバルに参加して下さいました皆様のおかげと感謝の気持ちでいっぱいです。

## ♥ フラダンス

世川博子

ヒロラニフラスタジオ

植野先生総括のもと、実行委員の皆様 ボランティアの皆様 各関係者の方々の大きな力で素晴らしいフェスティバルの成功となりました事を参加させて頂きました私としましてとても嬉しく、ただただ感謝の気持ちでございます。私も生徒もこんなに意義あるイベントに参加させていただき、楽しく踊らせて頂きました。有難うございました。これからもつくばピンクリボンの会の益々のご発展を楽しみにいたしております。

## ♥ つくばピンクリボンフェスティバル に参加して

黒沼孝治

つくばハワイアン協会 つくばアロハサウンズバンドリーダー

初めて、参加させていただきました。まず、今回のフェスティバルを成功に導かれた多くのスタッフの方々へ感謝の意を表します。野外での演奏とフラの演出という事でやらせていただきました。心配していた天候も何とか持ち、野外でのフラは、お楽しみいただけたと思います。

やはりフラは華やかで集客力は、抜群だと思いました。ステージ前の階段客席は、ほぼ満席であったように見え、ほっとしました。石畳の上に、グリーン的人工芝シートを設置していただいたことで、野外ステージの雰囲気が出てとても効果的だと思いました。多分、ご覧い

ただいたお客様も同じ思いでフラをご覧いただけたと思います。ただ、強風のため、演奏者にとっては、譜面台の管理、音響の設定では、かなり苦労しました。

今回のような有意義なイベントに参加できました事に改めて、感謝をいたします。

有難うございました&ご苦労様でした！



## ♥ つくばピンクリボンの会のパワーを 感じて

前島 朋子

産前産後ケアサロン 助産院ら・くな

「つくばピンクリボンフェスティバル2014」も盛況におわりました。夫婦でこの活動に関わる機会を頂けて感謝しています。特に今年は、活動開始10年という特別なイベントでしたので、天気にも恵まれ、怪我なく、事故なく無事だったことが何よりだったと思います。

今回の私たちのミッションは、写真家 齋藤さだむ先生の撮影移動のお手伝いをすることでした。大切な一瞬を逃さないようにと緊張しましたが、活動を記録に残すという目でイベントを見させていただいたことは、とても新鮮で楽しい経験でした。「ラン」「ウォーク」の参加者の様子を見て

いると、ご家族で参加されている方、赤ちゃんを抱いている若いお母さん、子どもたちと年齢層も背景も幅広くなっています。手にピンクの風船やお手製のタペストリーやメッセージを持って、皆さんそれぞれに楽しんでらっしゃ



風船作りも慣れました



る姿が印象的でした。写真展の写真の中でも、参加者、ボランティア、実行委員、みんなとても清々しく、輝いていて、見ているだけで笑顔になりました。

この会の素晴らしさは、「乳がん撲滅」という一つの目的に、様々な立場の方が熱意をもって取り組んでいる事だと思えます。「どうすれば正しい知識を広められるか」「検診の受診率があげられるか」毎年イベントも工夫され、バージョンアップされています。その熱意が、10年という歳月をかけて広がり、イベント参加者の増加、検診を受ける方の増加という結果に結びつき、活動が実を結んでいることは、喜ばしい事です。始める力、伝える力、継続する力、楽しむ力などなど・・・多くの方の力が集結しているこの会に参加させていただくと、私自身が触発され、いつも沢山の元気をいただくことができます。

私は、助産師という仕事を通して、多くの女性とお会いする機会があります。往々にして、女性は家族の健康優先で、自分の事が後回しになりがちなのが気がかりです。イベントの時だけでなく、来院された方に乳がん検診の大切さをお伝えすることで、ピンクリボンの一助を担えれば・・・これからも、益々パワーアップしてくであろう「つくばピンクリボンの会」の片隅にくっつきつつ、自分にできる事を続けていきたいと思えます。

## ♡ お母さんの健康が家族の幸せ

筑波メディカルセンター病院 看護部門 3E病棟

つくばピンクリボンフェスティバルは、家族のために頑張っているお母さんを乳がんから守るために活動していることを知りました。乳がんにかかりやすい年代は、家庭内や職場でも責任のある仕事をされ、毎日忙しく過ごしています。まず家族のことが優先され、自分の体のことはいつも後回しになってしまうのが正直なところです。お母さんが健康であることが家族の幸せに繋がっていると思えます

今回、私たちは救護班として参加しました。この活動を通して乳がん健診の大切さを一人でも多くの方に知ってもらうことが出来たと思えます。乳がんの早期発見が早期治療を可能にします。乳がん健診票がつくば市から送付されたら、家族のために、自分自身のために忘れずに受診されることを願っています。

## ♡ 大切な人の輪を実感

筑波メディカルセンター病院 看護部門 3E病棟

乳がん健診啓発のためにウォーキングに参加させて頂きありがとうございました。

朝早くから、たくさんのスタッフで風船を作り、駅の近くの飾りつけを行い、参加者の方がスムーズにイベントに参加して楽しめるように頑張ってお手伝いすることが出来

て良かったです。私は入職したばかりで、病棟の先生方とは話をしたことが無かったけれど、植野先生と交流を深めることができ良かったです。

今回、救護班として参加しましたが、みなさんの体調を伺ったり、お話をしながらウォーキングをして、特に救護として、

動くことはほとんどありませんでしたが、みなさんが安全にイベントに参加し終了する事が出来て良かったです。午後の内容も興味深いもので勉強になりました。また機会があれば参加したいです。



## ♡ 検診の重要性を痛感

筑波メディカルセンター病院 看護部門 3E病棟

先日、ピンクリボンフェスティバルに参加させて頂きました。フェスティバル中はピンクの風船やピンクのTシャツに皆さんが包まれて、ピンク色に染まり、とても暖かい雰囲気になっていたのが印象的でした。

ウォーキング中は怪我をする人や体調を崩す人もいらず無事に終わることが出来ました。今回、イベントに参加することで乳がん検診の重要性を痛感しました。この感じた思いを家族、友人にも話を通じて広めたいと思えます。

乳がんによって苦しむ方が少しでも減ることを祈っています。

「乳がんをぶっとばせ〜!!!」を忘れません。10年という節目の年に参加し、貴重な体験をする事が出来ました。ありがとうございました。

## ♡ 幅広いピンクの輪

筑波メディカルセンター病院 看護部門 3E病棟

今回、初めてピンクリボンの救護として参加しました。ピンクリボンの会は乳がん検診の啓発を目的として多くの方が参加していました。ボーイスカウトの方やウォーキングクラブ、その他一般参加の方など年齢も小学生から高齢の方まで幅広く、自分がイメージしていたものと違い驚きました。参加者全員でピンクのTシャツを着て町を歩くことでより多くの人に乳がん検診のことを知ってもらったり、興味を持ってもらえることに繋がって



くと思いました。また参加者も検診の内容を知る機会だ  
と思いました。私自身も検診内容を知ることができてと  
てもよかったと思います。

## ♡ ピンクリボンフェスティバルって素敵

筑波メディカルセンター病院 看護部門 3E病棟

会場準備では、ピンクの風船を飾りつけたのですが、  
この日は風が強く風船が飛んで行ってしまい、風船をお  
さえたり、拾ったり大変な思いをしました。ですが、ピ  
ンクの風船で飾り付けられた会場はとてもキレイで、ピ  
ンクリボンフェスティバルに対する皆さんの思いが  
つまっていることを実感しました。

研究学園駅からつくば駅までのウォーキングでは皆  
さん楽しそうに歩いていらっやって、けがをする人も  
なく、私自身も楽しい気持ちで歩くことが出来ました。  
大勢の人が一つの思いを胸に集まったピンクリボン  
フェスティバルは素敵なものであることがわかりました。



信号を守って渡っています

## ♡ すばらしい団結力

筑波メディカルセンター病院 看護部門 3E病棟

筑波メディカルセンター病院看護部門では、救護班と  
して初めてピンクリボンフェスティバルに参加させて  
いただきました。天候にも恵まれ、救護者がでなかった  
ことは幸いでした。

このフェスティバルは、10回目の開催とお聞きして  
フェスティバルの企画や運営を担う事務局の皆様の毎  
年、積み上げていくプロセスやご苦勞を感じ、また、実  
行委員の方々、ボランティア、関係者の皆様の活気にあ  
ふれる活動にふれ、成功させよう！ という強いお気持  
ちに感激をしました。実行委員の皆さまの丁寧な準備が  
あり、トレイン・ウォーク、ラン、フラダンス、講演会、  
演奏会が成功に導くことができたのだと感じました。

一人ひとりの力を、大きな力に変え、導いていく、「チ  
ーム力」を感じるこの出来一日だったと思います。今  
回、参加した11名、一人ひとりが源となり、地域や家庭、

職場で乳がん検診の啓発、早期発見・治療の大切さを  
発信していく役割を担い、つくばピンクリボンの会の活  
動にもお役に立てればと思っております。

筑波メディカルセンター病院ホームページ、看護部門  
の「メディらいふ」にも、今回の参加の様子を掲載させ  
ていただきましたので、ご覧いただけたらと思います。

ピンクリボンフェスティバルに、参加する機会を頂き  
ありがとうございました。

## ♡ 来年も参加したいな

筑波メディカルセンター病院 看護部門 3E病棟

今回、初めてピンクリボンフェスティバルに参加させ  
ていただきました。10周年ということもあり、450人  
もの方が参加し、ウォーキングの際には道路がピンク色  
に染まっていたことがとても印象深く残っています。休  
日ということもあり、多くの方にピンクリボンフェ  
スティバルのことをアピールできたと思います。

また、ボランティアの方も含め、参加者の誰もが、い  
きいきとしており、明るい表情をしていたのがとても  
印象的でした。一緒に作業をしていると、自分まで元気が  
出て、とても楽しくウォーキング出来ました。看護担当  
として参加しましたが、1人も体調不良者がでなくて本  
当に良かったと思います。

午後に行われた、オーケストラの演奏もとても楽しく、  
感動しました。ウォーキングだけでなく、室内で行われ  
るものがあれば、体力に自信の無い方でも参加しやすい  
のではないかと思います。また、参加者同士が交流でき  
る場があってもよいのではないかと感じました。

今回参加させていただいたことで、ピンクリボンフェ  
スティバルへの関心が高まり、来年も是非参加したいな  
と考えています。参加させていただき、ありがとうございました。

## ♡ 哀しみを減らしたい

筑波メディカルセンター病院 看護部門 救命センター2A病棟

私は今回初めてピンクリボンのイベント携わりまし  
た。正直、これまで私の看護師人生のなかで、がん看護  
に携わることはほとんどなく、ピンクリボンの団体の存  
在は知っていても、実際の活動はまったく存じていま  
せんでした。今回参加のきっかけは、ただ単に院外での  
活動というところに興味があっただけでした。普段は救  
急救命センターのICU勤務であり、がんの患者さんと関  
わることは減多にありません。

イベントのお手伝い、地域への貢献、という感覚での  
参加でしたが、ボランティアの看護師という役割を通し  
て、実際の活動を体験することが出来ました。ウォーキ  
ングにより、ピンクリボンの存在やその意味を一般の方  
に知ってもらうこと、講演を聞いて、乳がんが早期発見



され、早期に治療されることが可能であることなどを知りました。開催者側での参加のつもりでしたが、結局自分もピンクリボンの団体の存在や、その意義、乳がんについての知識を学ばせてもらい、最後は参加者となりました。医療者としても、一女性としても良い経験となりました。私は母を大腸がんで亡くし、言いようのない想いを抱えています。乳がんで家族を亡くす人も同じ気持ちだと思います。早期発見、早期治療がなされることで、哀しい思いをする人を減らせるのであれば、この活動はとても意義のあることだと感じました。私の周りの女性にも伝えようと思います。

最後に、ウォーキングに付き添うボランティアとして参加して感じたことは、研究学園駅から松見公園に向かって北大通りを大勢で歩くとき、いくつか信号がありますが、信号の誘導をする人を配置したほうがいいと思いました。中央分離帯がある道路を横断するときなど、楽しくお話をしながら歩いている参加者の方もいらっ



ゴールにて

しゃり、信号が赤に変わってから横断をし、渡り切れずに、次に青に変わるまで車が多く行きかう中、中央分離帯に待機していたり、赤になっても渡り切れずにいることで、休日の交通量が多い中で、さらなる渋滞を誘発しかねないとも思いました。信号ごとに誘導する役割の方が配置されたら、より安全にイベントが進行できるのではないかと思います。

私にとって、非常に有意義な体験となりました。ありがとうございました。

## ♡ より安全なイベントに

筑波メディカルセンター病院 看護部門 専門外来

「ピンクリボンフェスティバル2014」救護スタッフで参加させていただきましたが、救護を要する参加者もなく、私自身参加者の一員としてフェスティバルを楽しませていただきました。

実際にはウォーク誘導係のような活動内容でしたが、いくつか感じたことを書かせていただきます。

- ・救護活動の流れ・報告ルートの口頭での説明はありましたが、救護バックの内容も確認せずスタートしてしまい、不安な面もありました。  
自転車で巡回する医師と、情報交換を心掛けながら活動することができました。

- ・TXに乗車する際、駅到着時間が思った以上に早く、駅構内でスタッフも戸惑ってしまいました。また、駅の階段やエスカレーターで立ち往生した形になり、安全面でも危険な状況であり、他の駅利用者の方にも迷惑をかけていた状態だったと思います。



- ・ウォーク中の安全管理も不十分であったと感じました。事故などは発生しませんでした。横断歩道や歩道での誘導が必要な場面が多々ありました。(赤信号になってもぞろぞろと横断してしまっていたり、歩道を道幅いっぱい歩行してしまっていたり等) 全ての横断歩道に担当者を配置するのは難しいと思いますが、ウォーク誘導が担当集団を横断させて、なおかつまたその先の横断歩道を誘導するには走って先回りするような形になるので大変でした。

初めての参加で、私の情報不足などもあると思いますが、上記が感じたことです。今後の活動の参考になったら幸いです。

今後もピンクリボンの活動で、みんなが笑顔でいられたらうれしいですね。

素敵な企画を来年も楽しみにしています。おつかれさまでした。

## ♡ 積極的な活動に感銘

筑波メディカルセンター病院 看護部門 専門外来

今回、私は救護班として初めてフェスティバルに参加させていただきました。

ウォーク&ランは少し肌寒い中でのスタートとなり、参加された皆様の体調が心配でした。しかし明るくいきとした表情で参加されている皆様のお姿を拝見し、大変安心いたしました。つくば市内の大通りや、つくばエクスプレスの車内を鮮やかなピンク色に染めることができ、つくばピンクリボンの会が目指されている「検診の普及による乳がんの早期発見・早期治療」または「乳がんと闘っている皆様が安心して暮らせる地域づくり」に多くの方々に関心を寄せられたのではないかと思います。そして大変喜ばしいことに参加された皆様は無事に



ゴールされ、私たち救護班は出番なく終了いたしました。

私は普段、病院で治療中の患者さんに関わらせていただくことが多いので、今回のように乳がんを体験されている皆様が元気に体を動かされている様子や、社会活動に積極的に参加なさっている様子を拝見し、大変感銘を受けました。そして今後も患者さんやご家族が笑顔で生活できるように私もより一層尽力していきたいと感じました。

当フェスティバルは、つくばピンクリボンの会員の皆様やそのご家族の皆様、実行委員の皆様、企業の皆様、ボランティアの皆様、地域の皆様など、多くの方々の願いや思いが形となり開催に至っていると感じました。準備から当日の運営まで皆様本当にお疲れ様でした。このような機会を通じて、一人でも多くの命が救われますように願っております。

## ♥ パルピテーションを感じた

筑波メディカルセンター病院 看護部門 3E病棟

救護担当としてピンクリボンフェスティバルに参加させていただきました。

おそろいのピンク色のTシャツ、ピンク色の風船。当日は男女問わず450人以上もの多くの方の参加があり、ピンク色で埋めつくされた会場とそこに集まるたくさんの笑顔を目の前に自然と温かい気持ちになりました。また、1人1人の力が集まることで、こんなにも大きな力になるんだなと感動した瞬間でもありました。

メディアなどでも耳にする乳がん。聞いたことはあってもピンとこなかったり、自分は大丈夫だろうと考えている方もまだまだ多いと思います。私は看護師として医療に携わる中で、乳癌の恐ろしさを目の当たりにすることも多くあり、今回のような啓発運動を通してより多くの方に乳がんについての知識、早期発見・治療の重要性を知って頂けたら本当にうれしいなと思っています。



ピンクリボンフェスティバルに参加させていただき、自分の中でもこれまでより乳がんに対する関心が高まるよい機会になりました。ありがとうございました。ピンクリボンの輪が広がり、乳癌で苦しむ人たちが少しでも減少していくことを願いながら、今後も啓発運動の取り組みに積極的に参加していきたいと思えます。



受付

## ♥ ボランティアに参加して

河田舞子

今回、ピンクリボンフェスティバルのボランティアとして参加したのは2度目となり、受付の担当をさせて頂きました。アルバイトなどもやったことのない私にとって、初めての接客となりました。多くの人々と触れ合うなかで、改めて乳がん検診の大切さを実感しました。

10代の私にとって、乳がんの危険はあまり身近なことではありませんでした。ピンクリボンフェスティバルに参加することで、この機会にと思い、改めて乳がんについて調べました。乳がんは日本人女性の12人に1人がかかる病気で、交通事故の死亡率を上回るという事実を知りました。その事実は、私にとって大きな衝撃となりました。乳がんがどれだけ恐ろしい病気かということが多くの女性にわかってもらえるように、私ができることをやっていきたいと思えます。乳がんは発見が早ければ、ほぼ、100%撲滅することができるので、検診を受けることの重要性を伝えていきたいです。

私は、そう遠くないうちに学生ではなくなるので、健康診断を受ける機会も少なくなると思えます。そうであっても、健康な体を維持させるために、健康診断だけでなく、乳がんの検診も受けていこうと思えます。

谷貝 愛実

ピンクリボンフェスティバルにボランティアと参加して、今までのイベントよりも参加者が多くて驚きました。運営の関係者や医療関係者の参加者がメインだと思っていたのですが、一般の参加者が続々来て、受付が追いつかなくなるほどだったのは予想外でした。がんの撲滅運



動にそれほど賛同してくれる人や興味を示してくれる人がいるということは、医療を学んでいる身としては嬉しく思います。また、このようなとても安い参加費で、専門家の講演を聞くことが出来るイベントが開催されることで、まったく医学に通じていない人も正しい知識を身につけることができ、様々な病気が以外に身近なものだと気付き、興味を持ってくれるのはとても素晴らしいことだと思います。

これからも、このようなイベントがたくさん開催され、多くの方が健康や病気について意識する機会が増えること、そしてそれが国民の健康の増進に繋がる事を願っています。わたしもまた、このようなイベントに参加し、自分でできる方法で医療や福祉に携わっていきたいと思います。



笑顔のハイタッチ

## ♥ 笑顔のラン・写真撮影

横山祥弘

大鵬薬品工業株式会社

つくばピンクリボンフェスティバル“10周年記念大会”の大・大・大成功、本当におめでとうございます！私は6年間、毎年楽しみながらお手伝いをさせていただいておりますが、今回ほどユニークな企画が盛り込まれた壮大な回は初めてでした。実行委員、ボランティア、そして参加者の皆さんの思いが一つとなった、まさに10周年にふさわしい、思い出深いイベントとなりました。

私は昨年に引き続き、“10kmを走りながらの笑顔撮影係”として参加いたしました。そしてこれまた昨年に引き続き、良い笑顔の写真を多く撮れたと感じています。日頃運動不足の私が息切れしながら、拙い撮影技術で、且つ何年も前に購入したデジカメを使用しているにもかかわらずこれを実現できたのは、何よりもランに参加している皆さんが、本当に楽しみながら参加していたからです。皆さん、近くの人と楽しくおしゃべりしながら走っており、自然と笑顔同士のキャッチボールが交わされていました（もちろん、私も）。私は単にそれを切り取る

だけだったのです。技術など必要なかったのです。このポジティブなパワーが、きっとトレインウォーク&ランのシンクロも実現させたのでしょう。

トレインウォークとランのそれぞれの参加者は、行程中にすれ違い、ハイタッチするという企画がありました。それでいて、メイン会場でフラダンスが出迎える中でウォークとランが同時にゴールする、という目論見も。予定より早く出発したウォーク勢に対しうまくシンクロできるのか不安を抱えたままラン勢はスタートしましたが、そんな当初の心配はどこへやら。ハイタッチも、遊歩道で合流→同時ゴールも、幾百の笑顔のもと、完璧なユニゾンが成されたのです！

そして今回はこの最高の笑顔達に加えて、Tシャツに『乳がん検診を受けよう！』といった様々な乳がん検診啓発メッセージ入りゼッケンを付けて走れば、鬼に金棒、虎に翼。より当イベントの趣旨が町ゆく人達に伝わりやすいかと思えます。

今回この“笑顔記録係”を担当できたことに感謝申し上げますと共に、また次回新品のカメラを携えて参加できることを願ってやみません。



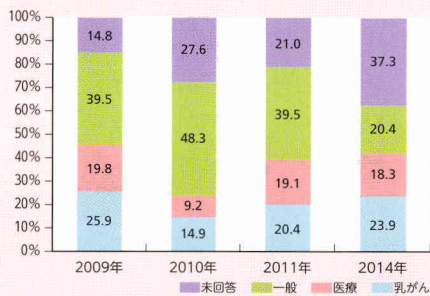
研究学園駅前公園



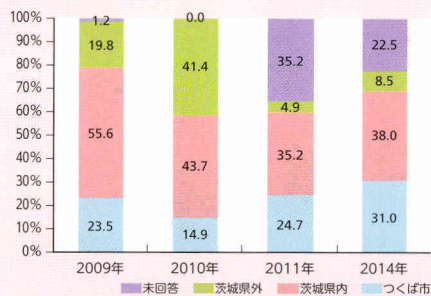
# アンケートの結果より

Pink Ribbon Festival in Tsukuba 2014

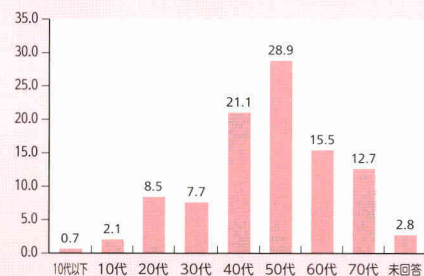
## ①回答者カテゴリー



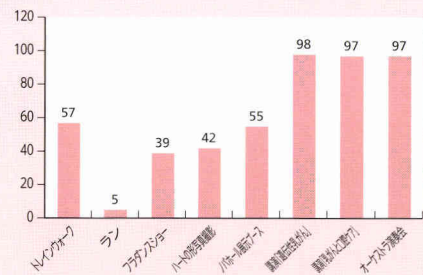
## ②お住まい



## ③年令



## ④参加したイベント(複数回答)



ご協力ありがとうございました。



## ♥ 取材協力

財団法人研究学園都市コミュニティケーブルサービス (ACCS)  
土浦ケーブルテレビ株式会社 J:COM茨城.  
茨城新聞  
読売新聞

## ♥ 参加データ

参加者総数 **751名**  
トレインウォーク参加者 **405名**  
ラン参加者 **52名**  
実行委員・ボランティア・ボーイスカウト参加者 **333名**



司会者 鈴木もえみ

## ♥ 実行委員 (あいうえお順)

赤塚信子 森の会-筑波メディカル・ピンクリボンの会  
井口研子 筑波大学医学医療系乳腺甲状腺内分泌外科  
井口聖一 井口皮フ科形成外科クリニック  
池田紗智恵  
池田達彦 筑波大学医学医療系乳腺甲状腺内分泌外科  
石川えり子 森の会-筑波メディカル・ピンクリボンの会  
伊東孝子 たんぼぼ会  
植野 映 筑波メディカルセンター・ブレストセンター  
上野 修 上野歯科医院  
梅本 剛 筑波メディカルセンター病院 乳腺科  
太田代紀子 おおたしろクリニック  
大野純子 (一財)茨城県メディカルセンター  
大山公一 筑波大学  
小田陽子 (財)筑波メディカルセンターつくば総合検診センター  
小野幸雄 貝塚みずき野クリニック  
貝塚広志  
春日晴夫 茨城県ウオーキング協会  
川上 清  
神田裕子 筑波記念病院放射線科  
鯨岡結賀 つくばハワイアン協会  
黒沼孝治 筑波メディカルセンター病院  
小泉知子 石岡市医師会病院  
小仁所圭子 写真家  
齋藤さだむ 東京医科大学茨城医療センター放射線部  
坂井朋夫 筑波メディカルセンター  
堂後京子 森の会-筑波メディカル・ピンクリボンの会  
鈴木厚子 取手市医師会取手北相馬保健医療センター医師会病院  
鈴木武樹 フリーアナウンサー  
鈴木もえみ ヒロラニフラススタジオ  
世川博子 大和ハウス工業株式会社  
高久真理 茨城県立医療大学保健医療学部看護学科  
高村祐子 筑波メディカルセンターつくば総合健診センター  
竹内まどか 株式会社カスミ  
竹原陽子 (財)茨城県総合健診協会  
辰見正徳 筑波大学芸術学系  
田中佐代子 神戸大学医学部附属病院乳腺外科  
田中優子  
塚本敦子 筑波メディカルセンター つくば総合健診センター  
東野英利子 永田歯科医院  
永田 脩 くるみの会  
中野潤子  
根本礼子  
野口 恵 森の会-筑波メディカル・ピンクリボンの会  
原 尚人 筑波大学医学医療系乳腺甲状腺内分泌外科  
坂東裕子 筑波大学医学医療系乳腺甲状腺内分泌外科  
平井理心 筑波大学附属病院 医療メディエーター  
文 由美 つくばセントラル病院外科  
前島朋子 前島レディースクリニック  
前島正基 前島レディースクリニック  
光畑桂子 筑波メディカルセンター つくば総合健診センター  
宮崎満美子  
森島 勇 筑波メディカルセンター病院 乳腺科  
谷貝薫子 森の会-筑波メディカル・ピンクリボンの会  
八城健彰 日本ボーイスカウト茨城県連盟つくば第3団  
柳田陽子  
山田光子 茨城県つくば美術館内 ミュージアムショップa  
山田陽子 森の会-筑波メディカル・ピンクリボンの会  
吉澤智恵子 (財)日立メディカルセンター  
綿引静夫 (一財)茨城県メディカルセンター







遠くに筑波山をのぞむ

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

〒305-0005 茨城県つくば市天久保1-1-1 筑波メディカルセンター メディカルスクエア（旧西館）2F  
Tel&Fax 029-586-2002

