

## 誰もが暮らしやすい社会を目指して

がんにかかる人も、多くの人が治療をしながら、仕事を続けたり、以前と同じような生活を送ったりすることができるようになります。しかしながら、個人の努力や身近な人の支援だけでは解決できない問題も少なからずあります。



職場においては、がんやその治療に関して、更に理解を深める必要があります。がんの治療や検査のために2週間に一回程度病院に通う必要がある場合、働き続けられる環境だと思う20歳以上の人の割合は28.9%にとどまり、治療と仕事の両立が難しいと考える人が多いことが指摘されています（平成26年 内閣府 がん対策に関する世論調査）。

我が国では、がん患者やその家族を支える仕組みが徐々に整備されつつありますが、いまだ十分ではありません。がん患者やその家族も含めて誰もが暮らしやすい社会を作るためにも、私たちががんについて正しく理解することが重要です。

職場の責任者に病気を打ち明けたとき、相手はがんのことなど全然分かっていないようでした。仕事が忙しい時期だから手術を延ばせないかというほどでしたから。こんな理解のない職場は辞めてやる、と思ったのですが、別の上司が「あなたがいない間はみんなでカバーするから。待っていてから！」と声をかけてくれたおかげで、踏みとどまりました。

その後、職場に復帰をしましたし、地域の患者会活動も始めて地元の新聞で時々紹介されるようになりました。かつて手術を延ばせといった上司が「友達ががんになったのだけれど、どう接してあげたらいいだろう」と相談してきたときには、病気を隠さないでいてよかったと思いましたね。

病気を公表するかどうか迷う方には、勇気を出して知ってもらおうよ、決して悪い方向には行かない信じて明るく伝えましょうよ、と言いたいです。伝えることで、周囲が検診に行くきっかけになったり、相談に乗ってあげられたりする。それにはとても大きな意味があると思います。

〈女性 診断時50歳 大腸がん 正社員〉

国立がん研究センターがん情報サービス「がんと仕事のQ&A」

考えて  
みよう！

がん患者の方々が、治療を受けながら働きやすい社会を築いていくために、私たちにどんなことができるか、話し合ってみましょう。

## がんについて更に詳しく調べたいときは…

### がんについて、信頼できる最新の正しい情報を知りたい

- ▶ 国立がんセンター がん対策情報センター「がん情報サービス」  
<http://ganjoho.jp>

### 東京都のがんの状況や対策、東京都内のがんに関する病院について調べたい

- ▶ 東京都がんポータルサイト  
[http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/iryo/iryo\\_hoken/gan\\_portal/index.html](http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/iryo/iryo_hoken/gan_portal/index.html)

●発行年月 平成29年6月

●東京都教育委員会印刷物登録 平成29年度 第30号

●編集・発行 東京都教育庁指導部指導企画課

〒163-8001 東京都新宿区西新宿二丁目8番1号

TEL 03-5320-6887

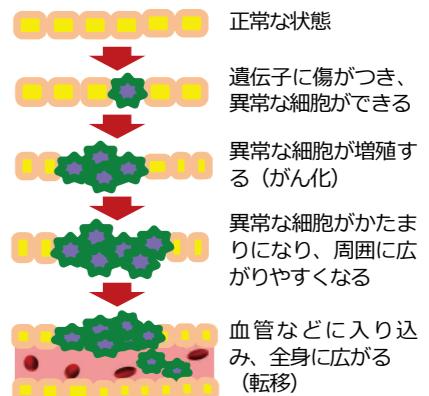
がんについて正しく理解し、健康と命の大切さを考えるリーフレット【高校生用】

# がんを理解し、支え合える社会へ

## がんとはどのような病気でしょうか？

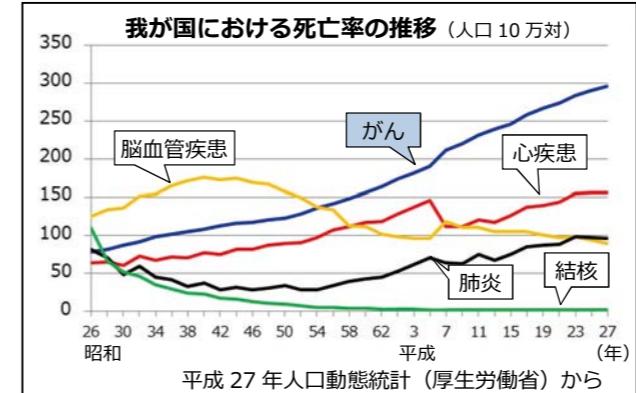
人間の体は細胞からできています。正常な細胞の遺伝子に傷がついてできる異常な細胞の中で、悪性のものを「がん」といいます。

健康な人の体の中でも、毎日多数のがん細胞が発生していますが、免疫が働いて、がん細胞を死滅させています。しかし、年を取ることなどにより免疫が低下すると、発生したがん細胞を死滅することが難しくなります。また、がん細胞は無秩序に増え続けて周囲の組織に広がり、他の臓器にも移動してその場所でも増えています（転移）。



（国立がん研究センターがん情報サービス「知っておきたいがんの基礎知識」より一部改変）

## 日本のがんの現状



## がんの種類とその特徴

がんは、全ての臓器に発生する可能性があり、一般的にはその発生した臓器などから名称が決められます。また、「がん」という名称は用いられていませんが、白血病なども、がんの一種です。

がんは、その種類や状態によってそれぞれ特徴があり、治りやすかったり治療が難しかったり、あるいは発見しづらかったりします。

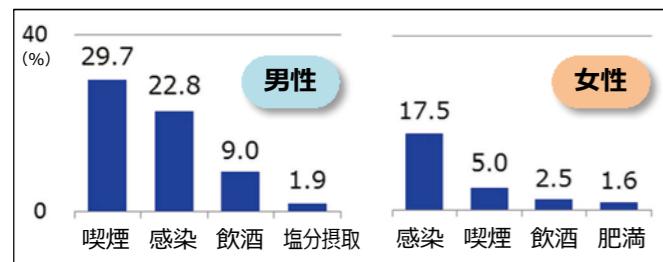
がんの名称	特徴など
胃がん	・ピロリ菌の感染が発病に関わっていると考えられている。
大腸がん	・運動不足や肥満、大量の飲酒などが発病に関連している。
肺がん	・我が国では、死亡者数が最も多く、特に男性が多い。 ・最大の原因是喫煙であり、喫煙者の肺がん罹患率は、男性では非喫煙者の4～5倍になる。
肝臓がん	・主な原因是、B型及びC型の肝炎ウイルスの感染である。 ・大量の飲酒も、肝臓がんになるおそれがある。
脾臓がん	・脾臓は体の深部に位置し、他の臓器に囲まれているため、早期発見が難しく、脾臓がんと分かれたときには既に進行している場合がある。
乳がん	・乳房内にがんのかたまりができるため、しこりや皮膚のくぼみなどの有無を自己チェックすることが重要である。
子宮頸がん 子宮体がん	・子宮のがんには、子宮の入口（頸部）にできるものと、子宮本体（体部）にできるものがある。 ・頸部にできるものでは、初期の段階では症状がないことが多い。
前立腺がん	・診断方法が普及したこと、前立腺がんと診断される人が増加している。 ・かなり進行した場合でも、適切に対処すれば、通常の生活を長く続けることができる。

## がんの原因と予防

がんの原因是、生活習慣、細菌・ウイルス感染、体质（遺伝素因）など複数あり、いくつかの原因が重なり合ったときに、がんにかかる可能性が高まります。右のような生活習慣を実践することで、将来がんにかかる危険性を減らしましょう。

また、感染が原因となるがんの対策として、医療機関や保健所で検査を受けることができます。

### ▶ 日本人におけるがんの主な要因



（国立がん研究センターがん情報サービス）※Inoue,M.et.al.:Ann Oncol, 2012;23(5):1362-9を基に国立がん研究センターがん情報サービスが作成

白血病や脳腫瘍など小児に多いがんは、大人のがんと違い、原因が分かっていないものが多く見られます。小児がんは、治療法の進歩で治る確率が高くなっています。

### 考えてみよう！

がんなどの病気を予防するために、気を付けたいことはどんなことですか。自分の生活を振り返って考えましょう。

## 望ましい5つの生活習慣



（国立がん研究センター社会と健康研究センター予防研究グループ「科学的根拠に基づく発がん性・がん予防効果の評価とがん予防ガイドライン提言に関する研究」を基に国立がん研究センターがん情報サービスが作成したものを利用）

## がんの早期発見とがん検診

がんは、進行すればするほど治りにくくなる病気です。がんの種類によって差はありますが、多くのがんは早期に発見して治療を開始すれば約9割が治ります。

我が国では、**胃がん、大腸がん、肺がん、乳がん、子宮頸がん**などのがん検診が行われています。区市町村が実施する住民検診や職場での検診において、がん検診を受けることができます。検診で見付かるがんは初期の場合が多く、治る可能性も高くなります。

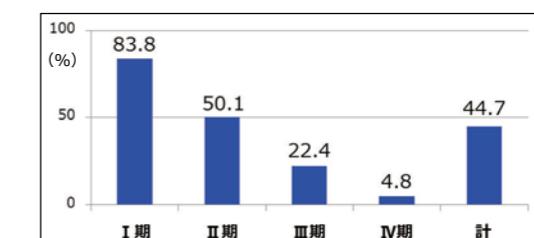
しかし、我が国のがん検診の受診率は欧米の半程度であり、目標とする受診率50%を達成していないのが現状です。積極的にがん検診を受けることが大切です。



### 考えてみよう！

がん検診の受診率が低い理由は何でしょうか。どうすればがん検診の受診率が上がるか、話し合ってみましょう。

### ▶ 肺がんの進行度別に見た5年後の相対生存率



（全国がん（成人病）センター協議会 平成18-20年診断症例）  
※がんは、大きさや他の臓器への広がりによって4つの進行度に分かれています。数字が大きくなるにつれて、がんが進行している状態です。

### ▶ 主ながん検診の種類

種類	対象年齢	検診間隔
胃がん検診	50歳以上	2年に1回
大腸がん検診	40歳以上	毎年1回
		※当分の間、胃部エックス線検査について、40歳以上で年1回実施可
乳がん検診	20歳以上	2年に1回
		子宮頸がん検診

## がんの治療法

がん治療の三つの柱として、**手術療法、放射線療法、化学療法**があります。これらの治療法を単独あるいは組み合わせて行うことが、標準的な治療法として推奨されています。

### 手術療法

がんを手術によって切除する。体への負担は大きいが、最近では内視鏡（小型カメラ）を用いた手術など、負担を軽減する手術方法も普及しつつある。



### 放射線療法

放射線を照射することによってがん細胞を死滅させ、がんを完治させたり症状を取り除いたりする。通院で行うことができ、体への負担も比較的少ない。

### がんの経過



### 緩和ケア

病気に伴う体の痛みや、つらい気持ちを和らげるための支援を「緩和ケア」と言います。緩和ケアについては、平成18年に制定されたがん対策基本法によって、早期から適切に行われるべきものと示されたこともあり、理解が広まってきています。右の図のように、がんに対する治療と並行して緩和ケアを行い、状況に応じて割合を変えていきます。