作 成
岐阜県がん情報センター

みんなで知りたい

がんのこと

目　次

●はじめに ―― 1

●赤 尾 典 子 課長 ―― 2
「岐阜県のがん対策について」

●河 合 克 尚 先生 ―― 4
「呼吸リハビリテーション」

●大 野　　康 先生 ―― 6
「岐阜県のがんの現状
～岐阜県がん登録からのお知らせ～ 」

●牧 山 明 資 先生 ―― 8
「岐阜県のがんを知る ～消化器がんを中心に～」

●小 関 道 夫 先生 ―― 10
「小児・ＡＹＡ世代のがんへの取り組み」

●山 本 恭 孝 様 ―― 12
「がん相談支援センターについて」

●ぎふがんねっとのご案内 ―― 14

はじめに

第８回 県民公開講座は、新型コロナウイルス感染予防の観点から、中止を決定いたしました。

そこで、今年度は講演動画を製作し、県民の皆様へがんに関する情報を発信いたします。

この冊子は、講演動画の内容に加え、岐阜県のがん対策に関する情報、相談窓口の紹介をしています。

この冊子と講演動画が県民の皆様のがん予防・治療・療養にお役に立てば幸いです。

また、講演動画はぎふがんねっと（https://gifugan.net/）にて公開しております。ぜひご覧ください。

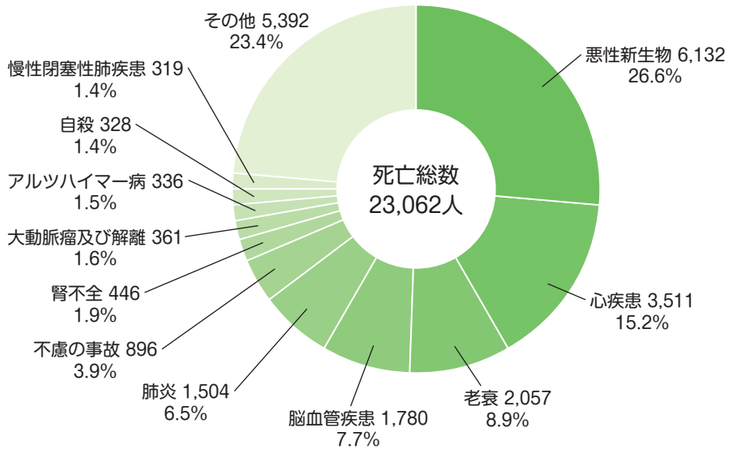
岐阜県健康福祉部保健医療課 課長

赤 尾 典 子 様

「岐阜県のがん対策について」

岐阜県において、1982年以降、がんは死因の第１位であり、2018年には年間約６千人が亡くなっています。また、国立がん研究センターによると、生涯のうちに約２人に１人ががんに罹患すると推計されており、岐阜県民の健康と生活にとって重大な課題となっています。

2018年 岐阜県の主要死因別死亡数の割合



一方で、がん検診の推進、医療の進歩等により、一部のがんでは５年相対生存率が年々向上するなど、がんは、必ずしも克服できない病気ではなくなってきており、治療をしながら仕事や家庭での役割を果たしていく方が増えるなど、がんと共生していく時代になってきたと言えます。

当県では2007年６月に国が定めた「がん対策推進基本計画」を基本として、「岐阜県がん対策推進計画」を策定し、改訂を重ねて現在は第３次計画の取組みを推進しているところです。『がん患者とその家族を含めた県民が、がんを知り、がんと向き合える暮らしを目指す』を目標に掲げ、重点とする柱の一つに＜尊厳を持って安心して暮らせる社会の構築＞を定めています。がんになっても住み慣れた地域で安心して生活できるよう、必要な支援が受けられる環境の整備として、がんに関する相談支援の充実や治療と仕事の両立支援、小児・AYA世代など幅広い世代のがんへの対応、必要な助成事業（生殖機能温存治療、アピアランス支援等）に取り組んでいます。

また、県民のがんに関する理解促進及び正しい情報を提供する体制として、県内８か所のがん相談支援センターや岐阜県のがん患者支援情報提供サイト“ぎふがんねっと”が整備されていますので、是非ご活用ください。

❖ぎふがんねっとＵＲＬ https://gifugan.net/

最後に、県民の皆様が、がんに関する正しい知識を持ち、過度に恐れることなく、がんと共に自分らしく生きられる社会を目指して、今後も取り組んでまいります。

平成医療短期大学
リハビリテーション学科理学療法専攻 教授
河 合 克 尚 先生

「呼吸リハビリテーション」

呼吸リハビリテーションの目的は、呼吸器の障害で悩まれている患者さんに対して、可能な限り機能を回復し、息切れなどの症状の改善、ＡＤＬ（日常生活活動）やＱＯＬ（生活の質）の維持・向上を図ることです。そのために、様々な職種が協力して患者さんを支援します。今回は、その中で主に理学療法士が担当する呼吸理学療法（コンディショニング、運動療法、日常生活動作のトレーニング）についてご紹介します。

まず、コンディショニングです。コンディショニングとは、息切れなどの症状によって動作や運動を行うことが困難な患者さんを対象に行われるもので、呼吸筋のストレッチングやマッサージ、呼吸方法の練習、痰を出す練習などがあります。息切れが強い患者さんは、まずコンディショニングによって呼吸の状態を整え、リラックスして運動を行えるようにすることが大切です。

次に、運動療法です。運動療法にはウォーキングのような有酸素運動と、手足の筋力トレーニングがあります。手足の筋肉（骨格筋）は呼吸と密接な関係があり、運動によって心肺持久力や筋力を高めることで息切れを軽減させる効果が期待できます。一方で、足の筋肉が衰えると立つことや歩くことがつらくなり、日常での活動量が減ることで体力が低下し、少しの動作でも息切れが起こるなど悪循環に陥る可能性があります。

最後に、日常生活動作のトレーニングです。動作に伴うエネルギー消費を節約し、動作時の息切れを軽減することが目的となります。それには、動作の方法を工夫することが効果的です。例えば、呼吸に合わせて動作を行う、休憩を入れながら動作を行うなどの動作のトレーニングをします。また、日常生活動作のなかで息切れが強くなる動作をあらかじめ把握しておくことも大切です。息切れが起こる動作を把握しておければ対処することもできます。

河合先生の動画は
こちらからご覧いただけます。

岐阜県がん情報センター長

大　野　　康 先生

「岐阜県のがんの現状 ～岐阜県がん登録からのお知らせ～」

岐阜県がん情報センターは、年毎に岐阜県内で診断されたほぼすべてのがんの登録を行うことにより、全国と比較して岐阜県の特徴（他県と比較して多いがん、少ないがん）、県内でも地域毎の特徴を明らかにして、県民の皆さんに岐阜県のがんの現状を知っていただき、理解していただくことを第一の目的としています。

がん登録により明らかになった情報をもとにがんの早期発見に繋がるようながん対策を岐阜県の行政と共に行っています。

ぎふがんねっと（https://gifugan.net/）というインターネットのサイトを作成し、がんに関する基礎知識、治療、予防などの情報を掲載しています。

内容をわかりやすく提供することにより、県民の皆さん、がんの患者さんやそのご家族が診断、治療に関して安心して医療、生活ができるお手伝いをしています。

年１回の県民公開講座としてがんを体験された方からお話しを聞く機会を持っていましたが、コロナ禍の影響で今年は岐阜大学病院のがんの専門医ががん登録に関する情報の講演を録画してがんねっとで発信することになりました。またリーフレットを作成して県内に配布する予定です。このような情報をご利用いただき、がんの早期発見、治療に生かせればと思います。よろしくお願いします。

大野先生の動画は
こちらからご覧いただけます。

岐阜大学医学部附属病院がんセンター

牧 山 明 資 先生

「岐阜県のがんを知る ～消化器がんを中心に～」

日本人の「がん」（悪性新生物）の死亡数と罹患数は、人口の高齢化を主な要因として、ともに増加し続けていますが、高齢化の影響を除いた年齢調整死亡率・罹患率は年々減少しています。一方で国立がん研究センターがん情報サービス「最新がん統計」によれば、日本人が生涯でがんに罹患する確率は男性65.5%、女性50.2%（2017年データに基づく）、生涯にがんで死亡する確率は男性23.9%、女性15.1%（2018年データに基づく）と推計されており、がんはとても身近な病気と言えます。

「2017年 全国がん登録 ※罹患数・率報告」（厚生労働省）によると、岐阜県に居住する人のなかで2017年に新たに診断された「がん」は、男性が9,043件、女性が6,916件、合計15,959件でした（※日本でがんと診断されたすべての人のデータを、国でひとつにまとめて集計・分析・管理する仕組み）。男性のがん罹患部位は僅差で胃、大腸、前立腺、肺の順に多く、女性は乳房、大腸のがんが特に多くなっています。また、「2017年 人口動態統計」（厚生労働省）によると、岐阜県に居住する人のなかで2017年にがん（悪性新生物）で死亡した人は、男性が3,564人、女性が2,553人、合計6,117人で、がんは死亡の原因の第１位となっています。中でも男性は肺がんと胃がん、女性は大腸がんで亡くなる人の割合が高くなっています。

また、胃、大腸、前立腺、乳、子宮がんは、がんにかかる人の多さに対して、亡くなる人の割合が比較的少ない傾向にあります。

それに対して、肝臓、すい臓がんは、がんにかかった人のうち亡くなる人の割合が高くなっています。これは発見時の病状の進行具合や、手術や抗がん剤の治療成績に左右されていると考えられています。

がんが発見される契機としては、乳房、子宮、前立腺のがんは、がん検診や健康診断・人間ドックの受診を契機に発見される割合が高くなっています。

一方で胃がんや大腸がんなどはそれ以外で発見される頻度の方が高くなっています。特に全国平均と比較して岐阜県のがん検診等での胃がんや大腸がんの発見割合は低くなっています。医療県別に見ると、胃がんでは飛騨医療圏が最もがん検診等での発見割合が高く、大腸がんでは飛騨・中濃で高い傾向にありました。検診や人間ドック等でがんが発見された場合は、それ以外の経緯で発見された場合よりも、初期の段階のがん（発生部位にとどまっているがん）である割合が高くなっています。がんは初期の段階で発見された場合と進行した段階で発見された場合とでは予後に大きな違いがあり、早期発見が重要です。ただし、がんの初期段階には自覚症状がないことが多く、早期発見のためにはがん検診を定期的に受けることが大切です。

牧山先生の動画は
こちらからご覧いただけます。

岐阜大学医学部附属病院小児科 講師
がんセンター 小児AYA 部門長
小 関 道 夫 先生
「小児・AYA世代のがんへの取り組み」

AYA（Adolescent and Young Adult, アヤ）世代とは、15～40歳の思春期・若年成人を指す言葉ですが、この世代は身体の成長、発育が成人に向かっていく時期であるだけでなく、学校、就職、結婚など様々なイベントがあります。このような時期に、がんや難病に罹った場合は、いろいろな悩みを抱えることになります。

岐阜県小児AYA世代のがん等成育医療相談支援センターでは、こうした不安や問題を抱える患者さん、ご家族に相談の場を提供するために活動しています。

今回は、AYA期の問題点から、現在私たちが取り組んでいることとして、高校生の学習支援、長期入院患者の復学支援、移行期支援、がん生殖医療などについて、ご紹介します。

小児・AYA世代相談支援センター

小関先生の動画は
こちらからご覧いただけます。

岐阜大学医学部附属病院 医療ソーシャルワーカー
山 本 恭 孝 様

「がん相談支援センターについて」

岐阜県内のがん相談支援センターは、８つのがん診療連携拠点病院（岐阜大学医学部附属病院、岐阜県総合医療センター、岐阜市民病院、大垣市民病院、木沢記念病院、中濃厚生病院、県立多治見病院、高山赤十字病院）に設置されています。

厚生労働大臣が指定した、県内８つのがん診療連携拠点病院は、全国どこにお住まいでも質の高いがん医療が受けられることを目的としております。指定された施設では、専門的ながん医療の提供、がん診療の連携協力体制の整備、および患者さんとそのご家族への相談支援や情報提供などの役割を担うことと併せて、がん相談支援センターの設置も必須となります。

がん相談支援センターでは、お住まいからの距離に関わらず院内または、院外のがん患者さん、ご家族に関係なく面談や電話相談を行っています。匿名の相談も受け付けており、相談はすべて無料です。相談内容は人それぞれですが、例えばがんに関する治療について知りたい。今後の療養や生活のことが心配等、がん医療に関わる質問や相談についてはお答えしますが、現在の治療についての判断に関することのご相談はお受けできませんので、ご了承下さい。

また、がん相談支援センターの相談員は、国が指定した研修を修了した看護師や医療ソーシャルワーカー等が担当し、面談、電話でお話を伺います。相談内容によっては、院内外の適切な職種、機関へ支援を繋ぐこともできます。例えば、「体験者の話を聞きたい」ということであれば、「がん患者サロン」、治療と仕事の両立については、「社会保険労務士」「産業保健総合支援センター 両立支援促進員」の出張相談窓口、「治療が落ち着き就職先を探したい」ということについては、「ハローワーク岐阜 就職支援ナビゲーター」の出張相談窓口があります。このように、他の職種や機関等へ繋ぐことで、正確な情報を幅広く収集し、選択肢を増やすことができます。

最後に、悩みや心配事を打ち明けることは、勇気がいることだと思います。少しでも不安や心配事の解決の糸口となるよう、研修を受けた相談員が話を伺います。まずは、がん相談支援センターへ患者さんとご家族が、直接お立ち寄りいただくかお電話を下さい。

岐阜県がん患者支援情報提供サイト

開設しました

ぎふがんねっと

https://gifugan.net

ぎふがんねっと　検索

ぎふがんねっと は県民をがんから 守る! 救う!

がん検診はまだ早いと思っているあなた!!

2人 に **1人** はがんにかかる時代です。

がんの種類によっては、早期に発見すれば **90%以上** 治すことができます。

大切な家族やあなた自身の為にも、**がん検診** を受けましょう。

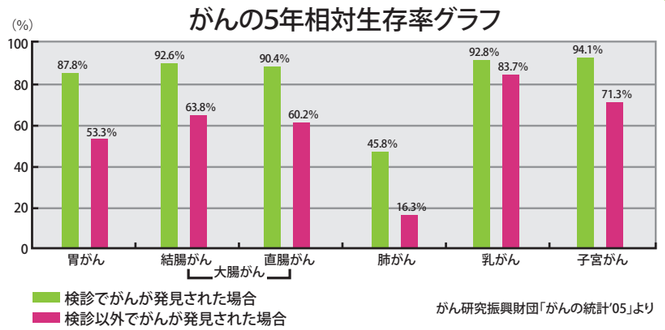
がん検診を受けることで変化する生存率グラフ

がんの進行度によって５年相対生存率は大きく異なります。よってがんを早期発見ができるがん検診は、適切な治療をおこなうことで、

①非常に高い確率で治癒します

②がんの死亡率を下げることができます

がん検診は非常に有効だと考えられます。



がん研究振興財団「がんの統計'05」より

がんに対する正しい情報を知るにはコチラ

ぎふがんねっと
（岐阜県がん患者支援情報提供サイト）

私たちと一緒にがんについて考えてみませんか？

がん検診に関するお問合せ先

岐阜県庁10階 健康福祉部保健医療課

☎ **058-272-1111**（内線2539）

ぎふがんねっと　検索

https://gifugan.net

サイトに関するお問い合わせ先

岐阜県がん情報センター

☎ **058-230-7342**（岐阜大学医学部附属病院内）

メモ