



10月は「ピンクリボン月間」

ピンクリボンは乳がんの早期発見・診断・治療の大切さを伝えるシンボルマーク。

「家族のため、自分自身のためにも早期発見・早期治療を」

平成24年度に市の乳がん検診を受診した人は2,859人で、精密検査が必要とされたのは117人。そのうち、13人に乳がんが発見されました。平成16年度からマンモグラフィ併用検診を始めて以降、乳がんの発見者は100人を超えています。

毎年10月はピンクリボン月間です。乳がんについて理解してもらうため、乳がん検診を受診し初期の段階で乳がんが見つかった40代の女性のお話を紹介します。

早期発見・早期治療に努めて

「乳がん検診を受けたきっかけは？」
40歳の誕生日がきたら受けようと思っていました。検診を受けて「大丈夫」という太鼓判をもらい、自信を付けた思いで申し込みました。

「検診はいかがでしたか？ また、結果を聞かれたときはどんな思いでしたか？」
マンモグラフィ検査は予想していたより痛みはありませんでした。しかし、医師からの説明で「石灰化（※がん細

胞が死滅した際にできることがある）があるので精密検査が必要」と言われました。何の症状もない時期に乳がんであると告げられ、キツネにつままれた感じでした。「初期段階なので99%治る」と説明を受けましたが、心には届かなかったです。

実は知り合いが乳がんで亡くなっているのでも「乳がんには変わりはない。私も手術をして」と不安やショックで頭が真っ白になりました。

手術までの経過とその後

11月末に乳がん検診を受診し、12月末に精密検査、1月中旬に診断検査を受け、2月中旬に手術をしました。入院期間は9日で、がんが初期段階であったため抗がん剤や放射線療法の必要もありませんでした。

現在は、半年毎に定期検診のみ受けていますが、これまでの生活とほとんど変わりはありません。早期に見つかりラッキーでした。先生にも「発見が遅れていればどうなっていたかわからない」と後から形は少し違いますが気になら

ない程度なので、友達にも乳がんの手術の痕を見せて「あなたも乳がん検診に行きなさい」と言っています。娘にもある年齢になったら検査を受けるように勧めています。

「乳がんの体験者として皆さんへメッセージをお願いします」

私が乳がん検診を受けた一番の理由は家族のため。自分が病気になる、子どもに付いていって欲しくなかったからです。

検診を受け、早期発見ができたことが今の幸せにつながっています。マンモグラフィ検査は痛いと思われがちですが、痛くはないのでぜひ検診を受けて欲しいです。

治療のために2週間ほど仕事を休みましたが今は元のようには働くことができ、とても幸せです。

乳がんが多い40〜50歳代の女性は、家庭や仕事で忙しく、検診に行きにくい年齢層だと思いますが、ぜひとも家族や自分のためにも健康に関心を持ってもらいたいと思います。

主治医からのメッセージ

乳管の中だけを広がる非浸潤がんは、全身に転移することはなく、この段階で発見し治療をすれば、ほぼ100%治ります。マンモグラフィ検査は、触っても分からないような早期の乳がんやがん細胞が死滅してできる小さい石灰化なども見つけられます。

今回のケースは早期乳がん、石灰化の範囲が狭かったため、完全に切除ができ、治ったと判断できます。また、手術後は抗がん剤や放射線療法が必要はありません。本人への身体の負担も少なく、定期的な経過観察だけで、治療費の負担も少ないといえます。

恥ずかしがらず、怖がらずにとにかくマンモグラフィ検査を受けてみてください。乳がんは早期に発見できれば命が救えます。

元気にラジオ体操

8月26日、市制施行70周年を記念して、西運動広場でNHKラジオでおなじみの「夏期巡回ラジオ体操・みんなの体操会」の公開放送が行われました。

講師は体操指導者の多胡肇さん、ピアノ伴奏は幅しげみさん。放送が始まる6時30分までに多胡さんの指導で練習を実施。本番では舞鶴市の紹介の後、ラジオ体操第1・第2を行いました。

早朝にもかかわらず、会場には約1,300人が集まり、ラジオ体操を通して舞鶴の元気を全国に向けて発信しました。



▲ラジオ体操でさわやかな朝を迎える

ジャンルを超えて総踊り

9月1日、赤れんがパークで「まいづる総おどり」が行われ、約60チーム350人が参加。舞鶴青年会議所が踊りを通じて心を一つにとの思いで企画したもので、当日はあいにくの雨の中、赤れんが5号棟をメイン会場に、よさこいやフラダンス、ベリーダンス、ヒップホップ、民謡、和太鼓などが披露されました。

また、ステージの最後には参加者全員で踊る総踊りが行われ、熱気溢れる一日を締めくくりました。



01



02



03

01. 実行委員会によるよさこい 02. 大技の連発
03. フラダンスで気分は南国

全国大会好成績者・出場者を紹介

全国大会で好成績

☆全国高等専門学校水泳競技大会
(9月1日、秋田県)

◆100・200㍎背泳ぎ優勝
…森脇正悟(舞鶴高専5年)
以上敬称略

全国大会出場 おめでとう

☆全国高等専門学校水泳競技大会
(9月1日、秋田県)

森脇正悟(舞鶴高専5年)

☆国民体育大会

(9月13日〜10月7日、東京都)
◆競泳競技：越後智行(西舞鶴高1年) ◆バドミントン競技：常塚光(乙訓高2年、城南中出身)

☆全日本シニアソフトボール大会

(10月5日〜7日、鳥取県)
生田勝美(竹屋)、井澤明生(公文名)、岩崎孝志(高野台)、植田和男(公文名)、桜井良(余部上)、志馬義高(愛宕浜町)、鈴木敏行(行永東町)、長沢節夫(余部下)、桒村房生(白浜台)、藤本進(七日市)、藤山豊一(喜多)
以上敬称略