

# Wellness Interview



一般社団法人シンクパール 代表理事

## 難波美智代さん

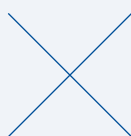
なんば・みちよ●36歳で子宮頸がん<sup>けいがん</sup>と診断される。予防啓発と教育の機会の必要性を感じ、自身の手術前にシンクパールの前身団体を設立。現在は予防医療の観点を取り入れた女性のライフ・キャリア設計をサポートする事業に注力している。



公益社団法人日本産科婦人科学会 理事長

## 木村 正さん

きむら・ただし●1985年より大阪大学と関連病院で産科・婦人科・生殖医療の修練を積む。2018～2020年、医学部附属病院病院長。2019年より日本産科婦人科学会理事長。社会的・精神的な面も含めた妊産婦の包括的なケアの向上に努める。



### 働く世代の女性に多いがん

—がんというと、高齢者や遺伝性のものというイメージを持つ方も多いと思いますが、女性特有のがんにはどのようなものがあるのでしょうか。

**木村** 女性に多いがんは圧倒的に乳がんですね(図1)。男女の世代別だと、20～30代のがん罹患者の約80%(図2)は女性で、子宮頸がんが高い割合を占めます。30代後半から乳がんの割合が増え、50代前半までは女性の方ががんの罹患者が多いのが特徴。遺伝的なことを心配される方は多いのですが、実際には全体の5～10%程度です。

**難波** 私も子宮頸がん<sup>けいがん</sup>と診断されたのは36歳でした。偶然受けた検診で見つかったのですが、その時初めて子宮頸がんが誰もがかかる可能性の高い、若い世代のがんだと知りました。30代は仕事や育児で忙しく、自分のことが後回しになりがちな時期ですよ。子宮を全摘出することになり、自分がどうなるのかわからず不安で、予防の啓発と教育の機会の必要性を痛感しました。手術前に子宮頸がんの予防と教育の団体を立ち上げたのは、不安を解消してきちんとした医療に結び付ける、まとまった形の組織が必要だと考えたからです。

**木村** 子宮頸がん<sup>けいがん</sup>は初期に見つければ命を脅

かす病気ではありませんが、それでも国内で毎年約2,800人の方が亡くなっています。

**難波** 手術では子宮の一部、または全部を切除しなければならないことがほとんどです。その後の女性のライフステージやQOL(生活の質)に大きな影響を与えてしまうので、20代から自分の身体に意識を向けることが大切です。

### 原因はごくありふれたウイルス

—子宮頸がんの原因について教えてください。

**木村** 子宮頸がんが発生する主な原因は、ヒトパピローマウイルス(HPV)というウイルスに感染することです。HPVは性交渉の経験があれば多くの女性が一度は感染していると言われる、ごくありふれたウイルスです。

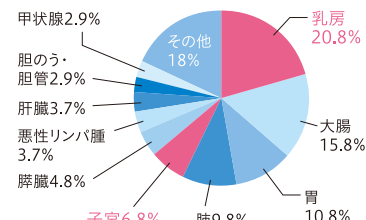
**難波** 元々はイボの原因になるウイルスで、男性も感染しますよね。

**木村** 男性でも中咽頭がん<sup>しんとう</sup>や肛門がんなどの原因に挙げられます。HPVは大きく分けて皮膚に感染するものと粘膜に感染するものがありますが、その境目の場所も好むウイルスなので、子宮頸部(子宮の入り口)はちょうどその条件に当てはまるんです。通常は免疫機能によって排除されますが、長期的に感染が続くと細胞ががんにな

で進行すると考えられています。

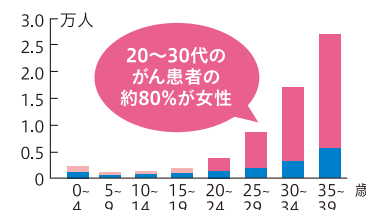
**難波** 子宮頸がん<sup>けいがん</sup>が人にうつることはありません。ですが、原因となるHPVは人を介して感染するので、パートナーと共に理解を深めるべき病気ですね。

(図1) 女性の部位別がん罹患割合(全年代)



出典:全国がん罹患モニタリング集計2014年罹患数・率報告

(図2) 年齢別がん患者数 ■女性 ■男性



※上皮内がんを含む  
出典:国立がん研究センター、国立成育医療研究センター  
全国のがん診療連携拠点病院等をはじめとするがん専門施設において実施されている2016年および2017年の院内がん登録

## 検診の機会を逃さず早期発見を

—子宮頸がんの予防や早期発見のためにできることはありますか。

**難波** 予防については、まずは検診ですが、20～30代の受診率はかなり低いですね(図3)。海外と比べると20～69歳でも経済協力開発機構(OECD)加盟国の中で下から4番目という低さです。自治体・職域・人間ドックの主に3種類の検診の機会があるので、2年に1回、できれば毎年受けてほしいです。

—子宮頸がん検診や乳がん検診の内容に差はあるのでしょうか。

**木村** 子宮頸がん検診で推奨されているのは子宮頸部の細胞を採取し、顕微鏡で調べる細胞診です(表1・図4)。精密検査の場合は、腔拡大鏡を使って視診してもらうといいでしょう。意外かもしれませんが、初期の段階でも見た目で見えかわることが多いのです。

**難波** 安心して受けられるかは検診の重要な

ポイントなので、かかりつけの婦人科があるのは非常に良いことです。乳がん検診には大きく分けてマンモグラフィとエコーがあります。国の推奨は40代から2年に1回のマンモグラフィですが、最近は30代後半の罹患者も増えご心配になる方も多いので、30代になったらエコーを受診してみることを勧めています。

## 知っておきたいHPVワクチンのこと

—今後の課題や取り組みの展望について教えてください。

**難波** 働く世代の女性に多いがんということで、個人の健康を社会や企業で支えていく仕組みが求められますが、そのためには企業のヘルスリテラシーの向上が不可欠です。職域検診の内容見直しやセミナーの実施、就労支援を行うほか、小学校からのがん教育の充実など、地域と医療をつなぐ役割を担っていきたくと考えています。

**木村** 日本産科婦人科学会としては、科学的な見地に立って、検診だけでなくHPVワクチン接

(表1) 厚生労働省が推奨するがん検診の内容

子宮頸がん検診	
検査項目	問診、視診、子宮頸部の細胞診及び内診
対象者	20歳以上   受診間隔 2年に1回
乳がん検診	
検査項目	問診及び乳房エックス線検査(マンモグラフィ) ※視診、触診は推奨しない
対象者	40歳以上   受診間隔 2年に1回

種による予防が必須であると考えます。積極的な予防接種の再開に加え、ワクチンの定期接種年齢を超えた女性に対する接種機会の確保や男性への接種の承認などを国に対しても強く求めていきます。

**難波** 新型コロナウイルスの影響で検診率が下がっている反面、社会全体でワクチンへの関心や理解が高まってきている今は、HPVワクチンのリスクとベネフィットを正しく理解してもらう良い機会だと捉えています。希望する方が接種を受けられる体制づくりに取り組んでいます。

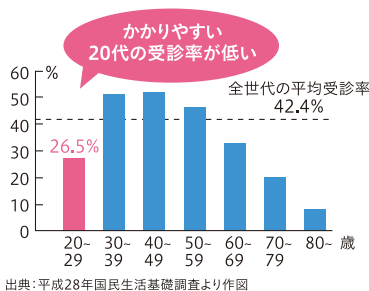
—読者へのメッセージをお願いします。

**難波** 特効薬がない病気である以上、正しいチェックとメンテナンスを習慣にすることが元気な体を維持する近道です。皆さんも身近な問題としてがんを意識して、一歩踏み出してみてください。

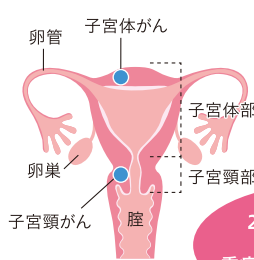
子宮頸がんやHPVワクチンについて、さらに詳しいインタビューはWebで!



(図3) 子宮頸がん検診受診率(過去2年間)



(図4) 子宮頸がんの部位



## 子宮頸部の細胞診とは?

子宮頸部(子宮の入り口)を、先にブラシのついた専用の器具等でこすり細胞を採って、がん細胞など異常な細胞がないかを顕微鏡で調べる検査です。

2年に1回の検診で早期発見し、重症化を防ぐことができる

## 阪急阪神ホールディングスも参画しています



厚生労働省委託事業

がん対策推進企業アクション女性会議

「Working RIBBON」

がん対策推進企業アクション女性会議「Working RIBBON(W RIBBON)」は、女性の経営幹部やリーダーが中心となり、企業の女性のがん対策を牽引するプロジェクトです。企業におけるがん対策、とりわけ子宮頸がん・乳がんの2つの女性がんターゲットを絞った予防・早期発見の啓発、就労支援に取り組みます。雇用者の視点も取り入れた対策の推進により、大切な従業員とその家族の健康を守ることを目的とした本プロジェクトの理念に賛同し、阪急阪神ホールディングスも女性が活躍できる企業として積極的に参画しています。知識で行動が変わることを実感しながら、一人でも多くの女性の健康を守れるよう、正しい情報発信や啓発活動に取り組んで参ります。

参加  
ルール

01

Working  
RIBBON宣言

02

女性経営幹部、  
リーダーの参画

03

勉強会、オンライン  
セミナーの受講

## 女性特有の健康課題に関する勉強会を開催



難波美智代さんを講師に迎え、「阪急阪神グループ健康経営 働く女性の健康課題とトレンド」と題した社内勉強会を7月に開催しました。企業が従業員の健康に配慮することで経営的にも大きな成果を期待できるという視点や、女性の健康についての基礎的な講義は初めて得る知見も多く、男女を問わず有益な学びの場となりました。当日はオンラインでも参加

