



家業を継いだ昇さんの長男
きくちけんいちろう
菊池健一郎さん



写真左／忙しい中でも、子どもたちを動物園に連れて行った昇さん。美津子さんが撮影
中央／健一郎さんに第2子が誕生。生きがいである孫が増えた
右／療養中、子や孫たちと日南へ。美味しいものを食べようと家族が連れて行ってくれた

昇さんの決意

昇さんが闘病生活に入ると、みんな「必ず治そう」と励ます日々。しかし、健一郎さんは、父に何かあったらと、眠れない夜が続いた。美津子さんは、入院した昇さんを介抱し続け、心労で痩せていく。昇さんは苦勞をかけたと自分を責め

と気丈に振る舞い父を見送った。覚悟はしていたが、結果が気になり、現場では手が震え、仕事が手につかなかった。結果は胃がん。健一郎さんは天を仰いだ。

特集

MESSAGE

自分と大切な人の笑顔のために

いつまでも元気でいたい。好きなことを続けたい。大切な人とずっといたい。そうした願いが、幸せが長く続くように。

末に闘病の

MESSAGE 1

自分のため家族のため
がん健診は早めに受けましょう

健康体の自分が……。胃がんと宣告を受けた時には、すでに悪性の腫瘍が体をむしばんでいた。「早く見つかってれば……」後悔と恐怖に耐えながら、病氣と闘う日々の中で、菊池さんが取った行動とは――

「父には、聞きたいことがまだまだあった」。

声を詰まらせ、語るのは菊池健一郎さん。父の後を継ぎ、水道設備会社を経営している。

「もつと早くがんが見つかっていたら」。

遺影で優しく微笑む、父の昇さんを見つめ語った。

健康な父の変化

健一郎さんにとって昇さん

んは、一家の大黒柱として、懸命に働く一方で、とても元気だったという印象。家族にとっても昇さんは、健康で仕事一筋の厳格な父親だった。

そんな昇さんの体に変化が表れる。今から約3年前。胃の調子が悪いと訴えた。しかし、仕事が忙しい時期だったので、病院には行かず、胃薬を服用。調子が戻ったので、大したことではなかったと思っ

がんの宣告

その半年後、再び胃の調子が悪くなり、妻の美津子さんと病院へ。そこで、がんの可能性が告げられた。昇さんは、いつも元気で、病氣とは無縁だと思っていた美津子さん。頭が真っ白になり、信じられず何度も医師に確認した。検査結果が出る日。健一郎さんは「家の仕事をしっかり務めて安心させよう」



昇さんは昭和47年に美津子さんと結婚。式は紙屋老人福祉館（やすらぎ荘）で挙げた。48年に長女美由紀さん、50年に次女尚美さん、52年に長男の健一郎さんをもうけた。

突然宣告された父のがん。もつと早く分かっていれば

9月に入り再び入院。しかし、孫の運動会の応援など、外出することもできず。体がきつい時でも、生きがいである孫の活躍は力になったようで、その姿を見て、まだまだ元気だと家族も喜んだ。

父の遺言

昇さんが亡くなる前の夜、自宅で床に就いた時、美津子さんに「つらい思いをするのは、自分一人ではない。みんな必ず検診を受けてほしい」と涙ながらに語った。「もつと早く見つかってれば」という思いは、一つの家訓として菊池家に残った。

受け継ぐ MESSAGE

「ガン検診は早めに」

昇さんが掲げた旗は、今でも市内のあちこちに立ち、私たちに検診を受けてと呼びかけている。母美津子さんに寄り添う健一郎さんは、「これからも父の思いを継ぎ、大事に旗を使っていきたい」と風になびく旗を握りしめていた。



DATA **がんは他人ごとではありません。誰もがかかる可能性があります**
生涯のうちにがん罹患（病気にかかること）するリスク（2005年罹患・死亡データに基づく）

日本は、人口比でがんの死亡割合が世界でも突出して高く、世界一のがん大国といっても過言ではありません。

男性 **53.6** %

約2人に1人



女性 **40.5** %

約2人に1人



がんは、早期に取り除けば克服できる病気

すから、手術の後に抗がん剤治療が行われることもあります。

治療は切除が基本

がん治療は、体からがん細胞を取り除くことが基本です。方法として、胃がん、大腸がんは、かなり早期であればお腹を切らずにカメラで切除できる場合もあります。一方、進行がんは、がんに侵された臓器ごと切除することもあります。治療は日々進歩しており、進行がんに侵された人の寿命は延びてはいますが、死因になる病気であることは間違いありません。早期に発見、治療できた場合は必ず治せます。

早期発見は幸運

先に述べたとおり、が

んは早期に取り除けば、必ず克服できる病気です。発見が遅くなればなるほど、命へのリスクと、家計への負担が大きくなります。ですから、早期発見・早期治療が重要です。しかし、小林市は検診の受診率が低い状況です。その背景には、検診を受けて、病気が見つかるのを怖がっている人がいることも要因としてあるようです。しかし、検診の目的は、病気を発見つけることです。早い段階で見つかることです。私は早期に見つかった人に「早く見つかってよかったですね」と声をかけます。がんになって治療を受けた患者さんは、検診や検査の重要性が分かるようです。自分の体を管理する人口として、検診はと

ても有効だと思えます。**生活習慣の改善を** がんの予防は生活習慣の改善も大切です。まずは食生活。塩の摂取量が多いと、胃がんになる可能性が高まります。また、肉の摂り過ぎは大腸がんになりやすいです。ただ、塩も肉も、私たちの食事には欠かせないものです。ですから、偏らないようにバランスのとれた食事が重要です。塩や肉を食べたらダメということではありません。また、お酒は食道がん、すい臓がん、タバコは肺がんのリスクを高めます。生活習慣の改善は簡単ではありませんが、そういったことを意識した生活を送ってほしいですね。

DATA **がんは不治の病ではありません。早期の発見・治療が生存率上昇に**
全国がん（成人病）センター協議会加盟施設における5年生存率（1998～2002年診断症例）

ステージ※	I 期	II 期	III 期	IV 期
胃がん生存率	98.7 %	72.7 %	44.3 %	7.0 %
乳がん生存率	98.9 %	93.3 %	71.3 %	31.4 %

進行

※ステージ がんの進行度を分類するもので、数字が大きいほど進行したがん。

DATA **がん【悪性腫瘍】**
malignant tumor

遺伝子変異で増殖を行う細胞で周囲の組織に浸潤し、また転移を起こす腫瘍。ほとんどは無治療のままだと全身に転移して死に至らしめる。

がん【悪性腫瘍】 知識と 対策

日本人の「2人に1人」が、がんを患い、「3人に1人」が、がんで尊い命を失っている。予防に必要なことは。がんは不治の病なのか。まずは正しい知識と理解が必要。専門家に聞いた！



日本外科学会外科専門医
小林市立病院副院長兼診療部長
とくだこうき
徳田浩喜 医師

がんは遺伝ではない。 生活習慣も原因の一つ

放置は命の危険

がんは、治療しないと進行し、放置すると必ず命に関わる状態になる病気です。日本人の2人に1人はがんになるといわれています。原因は、食生活などの生活習慣が関係すると考えられます。人間の体には、がんを抑制する遺伝子があります。

早期は症状がない

胃がんや大腸がんは、食欲の減退や、便秘、血

す。塩分、喫煙やアルコールなどは、この遺伝子を変異させるといわれています。ただ、遺伝子の話だからといって、親子へ遺伝するわけではありません。「がんは遺伝する」とよく耳にしますが、一部を除いて、そういうことはありません。

便が出ることはありません。また、肺がんだと、血痰や咳が出たり、息苦しくなります。ただ、がんは、症状が出た時点で進行していることが多く、早期では症状が出ないことが多いのです。がんは、進行すればするほど死亡のリスクが高まる病気です。早期に発見できたがんは、切除すれば治りますが、進行がんは切除しても再発の危険性があります。で

DATA **小林市の死亡原因、「がん」と「心疾患」が突出しています**
主要死因別死亡数（人口10万対死者数：平成20年）

死因	小林市	宮崎県	全国
1位 がん	286.4人	299.7人	272.3人
2位 心疾患	214.2人	169.9人	144.4人
3位 脳血管疾患	129.5人	124.5人	100.9人
4位 肺炎	102.1人	102.4人	91.6人

小林市の死因別死亡率は、1位が「がん」。心疾患など、そのほかの病気も県や国と同様ですが、ほとんどの数値で小林市が上回っています。

INFOMATION

問 健康推進課 Tel 23 - 0323

黄色い封筒が目印(3月上旬発送)



がん検診の流れ

- 1 検診の確認をする
黄色い封筒を受け取り、同封の調査票や、資料を確認ください
- 2 調査票に記入する
希望の検診の種類を選んで記入してください
- 3 調査票を投函・提出
返信用の封筒で郵送か、市役所へ提出ください

無料クーポンを活用しよう
対象者には5月に無料クーポン券を発送します。
【大腸・乳がん検診】40歳、45歳、50歳、55歳、60歳の人【子宮がん検診】20歳、25歳、30歳、35歳、40歳の女性
※年齢は平成25年4月1日時点

集団検診

決められた日に、多くの方が受診します

- 4 決定通知書を受け取る
調査票をもとに日程が決定します
- 5 問診票が届く
各検診の1週間前には届きます
- 6 検診を受ける
問診票を持参してください
- 7 結果が届く(郵送または訪問)

個別検診

個別に医療機関で受診できます

- 4 医療機関へ予約
西諸管内の医療機関に予約ください
- 5 検診を受ける
- 6 検診の結果を受ける

がん検診は、種類によって対象がさまざま。「どれが受けられるのか分からない」。そういう人のために、「がん検診希望調査票」を全世帯に郵送します。調査票には、検診を受けることができる人の氏名と、受けられる検診の種類、どこで検診を受けることができるか、記入できるようにしています。集団検診日程表と記入方法を参考に記入をお願いします。

申込締切(期日厳守)
3月25日(月曜)

申込方法
調査票を、返信用の封筒で郵送するか、市役所ほけん課、健康推進課、須木庁舎、野尻庁舎、西小林出張所、紙屋出張所にお持ちください。
※4月以降に病院での検診を希望する場合は、事前に実施医療機関への予約が必要です。

検診の活用を
私たちは、大切なものは磨いたりして大事に扱います。例えば車は車検に出して、定期的に点検をします。
しかし、自分の体はどうでしょうか。人間の体は約60兆個の細胞からなる、精密機械以上に精密なもの。毎日生活していれば、どこかが悪くなる

自分の体を大切に
残念ながら、小林市の検診の受診率は、10割に

満たないのが現状です。「忙しくて時間がない」「いざとなれば病院に行けばいい」という理由で受診しない人が多いようです。
しかし、例えば、がんになって治療に要する時間は、検診の時間とは比較にならないくらい長くなります。また、がんは、発見が遅れると、進行していることが多い病

気です。検査を受けたら、必ず結果を確認し、精密検査が必要な場合は、早めに受けましょう。
私たちは、大病を患って悲しむ人を減らしたい、元気でいてほしいと願っています。だから、もっと自分を大切にしてほしい。そのための手段として検診を活用してください。

検診の活用を

ことだってあります。その状態を放っておけば、最悪の場合、命に関わることになりかねません。だから、検診はあるのです。検診は、自分の健康状態をチェックする貴重な機会だといえます。

早期発見
MESSAGE 3
検診の
勧め

もっと自分の体を大切に。そのために検診を活用して

自覚症状がないままに進行するがん。しかし、早期に発見し、適切な治療を行うことで、高い確率で克服することができる。早期発見の力を握るのが「がん検診」。保健師に聞いた―



小林市役所健康推進課
みねた たかこ
峯田孝子 保健師

DATA がん検診の種類

小林市のがん検診は以下の6種類。その他、肝炎ウイルス、結核検診などもあります

- | | | | | | |
|------------|------------|-------------|--------------|------------|-------------|
| 胃がん | 肺がん | 大腸がん | 前立腺がん | 乳がん | 子宮がん |
| 40歳以上の人 | 40歳以上の人 | 40歳以上の人 | 40歳以上の人 | 40歳以上の人 | 20歳以上の人 |

対象年齢は上記のとおり。乳がんと子宮がんは年度内偶数年齢(20歳・22歳…等)の女性が対象です。

MESSAGE 自分と大切な人の笑顔のために

早く見つけ、治療すれば克服できる「がん」。だから、がん検診を受けてほしい。それは自分のため、大切な人のため。この特集で紹介した3人から共通して発せられたメッセージです。菊池昇さんが立てたのぼり旗は、いつまでも私たちに呼びかけてくれます。さあ、行きましょう、がん検診に。

