

NPO法人 ブレイブサークル運営委員会 活動報告(2019年度 第2四半期)

台風19号とその後の大雨などで被害に遭われた皆様に心よりお見舞い申し上げます。
当法人の2019年度第2四半期活動内容について、下記の通りご報告いたします。

新しくなります 2020年度大腸がん検診小冊子 3種類から2種類へ

第1四半期報告でも少しご紹介しましたが、2020年度の小冊子は柔軟な使いやすさを考慮して仕様を変更します。大腸がん検診について、少しでも多くの人に関心をもっていただき、ユニバーサルデザインに配慮しながら、正しい知識を親しみやすい紙面で紹介しています。

【小冊子での提供】

大腸がん検診全般用小冊子（中三つ折り）

内 容：大腸がんの現状と検診から精密検査までの検診の流れを説明。

使用例：大腸がん検診の対象者はもとより、検診前の世代の方、健康保険の切り替わり、5歳きざみなど節目年齢の方などに各種検診案内に同封。

変更点：大腸がんの罹患、死亡データについては、最新情報に更新しています。また、多くの要望をいただいていた、生理中の採便時期の変更について追記しました。

精密検査用小冊子（中三つ折り）

内 容：大腸がんの精密検査の内容と検査の流れを説明。

使用例：便潜血検査の結果通知、精密検査の再受診勧奨、医療機関での結果説明等にご利用いただけます。

変更点：陽性（+）の結果を痔のせいだと自己判断したり、便潜血検査をくりかえすことは間違だだということを明記しています。

以上2点の小冊子はこれまで通り、12月のご案内時期にご注文いただいたご希望部数を無償で提供いたします。その後不足分は当法人Webサイトからご注文いただき在庫分だけ無償提供し、なくなり次第終了します。（例年通り）



新しい小冊子の表紙イメージ

また、申し込み部数上限については年間10万部までとさせていただき、それ以上ご入用の場合は当法人までご相談いただきようお願ひいたします。

【印刷用データにて提供】

便潜血検査用(A4サイズ)

内 容：大腸がんの現状と採便の注意点、検診の流れについて紹介。

使用例：大腸がんの検診案内として、便潜血検査を受ける方へ検査容器を配布する時に同封。

A4サイズでカラーの印刷データを無償にて提供いたします。印刷はそれぞれの自治体でお願いします。（データはPDF形式で準備予定です）

裏面は自治体ごとに必要な情報（日程、提出場所）を入れてご活用いただけます。

お申込みは11月下旬（予定）以降に当法人Webサイト資料ページよりお申込みいただけるよう準備しています。



便潜血検査 A4チラシ

2019年度「大腸がんクイズラリー」 運営資材提供の結果

都道府県・市区町村のがん対策担当部門等による大腸がん検診啓発の取り組みを支援するため「大腸がんクイズラリー」の運営資材の無償提供を行っております。4枚のポスターを読みながら簡単な4問のクイズを解き、どなたでも楽しみながら大腸がんについて学べる資材です。2019年7月～9月末までの期間、107の都道府県・市区町村・その他団体等でご活用いただきました。

北海道・東北

北海道[釧路市、平取町]
青森県[外ヶ浜町、板柳町、鶴田町、おいらせ町、田子町]
秋田県[潟上市]
山形県[山形県、村山市]
福島県[泉崎村]

関東・甲信越

茨城県[高萩市、北茨城市、小美玉市]
栃木県[那須塩原市、野木町]
群馬県[前橋市、伊勢崎市、渋川市、みどり市]
埼玉県[さいたま市岩槻区、戸田市、富士見市、鳩山町、杉戸町]
千葉県[館山市、我孫子市、浦安市、長南町]
東京都[板橋区、国分寺市]
神奈川県[横浜市港南区、横浜市緑区、川崎市高津区、南足柄市]
新潟県[新発田市]
山梨県[山梨県、富士吉田市、北杜市]
長野県[松本市、飯田市、大町市、佐久市]

北陸・東海

富山県[富山市、魚津市、小矢部市]
福井県[福井市、坂井市、越前町]
岐阜県[岐阜市、関市、土岐市、岐南町]
静岡県[森町]
愛知県[刈谷市、稲沢市、新城市、弥富市]



静岡県 森町

近畿

三重県[津市、松阪市、尾鷲市、亀山市、鳥羽市]
滋賀県[甲賀市、野洲市]
京都府[京都市下京区、福知山市、井手町]
大阪府[千里赤阪村]
兵庫県[兵庫県、西宮市、加西市]
奈良県[五條市、香芝市、高取町、上牧町]
和歌山県[和歌山県、和歌山市、田辺市、湯浅町]

中国・四国

島根県[松江市、津和野町]
岡山県[岡山市東区、矢掛町]
広島県[竹原市、東広島市、海田町、世羅町]
山口県[下関市、山陽小野田市]
香川県[高松市、三木町]
愛媛県[愛媛県]

九州・沖縄

福岡県[筑紫野市、古賀市]
熊本県[湯前町]
大分県[玖珠町]
宮崎県[都城市、日向市、日之影町]

その他の団体

社会医療法人母恋 日鉄記念病院、社会医療法人蘇西厚生会 松波総合病院、会津オリンパス株式会社、愛媛がん診療連携協議会 四国がんセンター、北部広域市町村圏事務組合、栄研化学株式会社、東京都がん検診センター

大腸がんクイズラリーの感想やご意見を紹介いたします。

参加者より

- 便潜血検査を毎年受診しているが、検査の内容を眞面目に考えたことがなかったのでいい機会になった。
- 今までの便潜血検査で便の採り方が間違っていたことに気づいた。
- 便潜血検査で陽性反応が出たら、もう一度便潜血検査を受けると思って

クイズラリーの設問Q3.では採便方法について正しい方を選びます。
検査をされている方でも、どこか一ヵ所を突き刺すと思っている方が意外におられます。



いた。精密検査は緊急性の高い人が受けると思っていた。
担当いただいた自治体スタッフより

- ・採便方法がクイズになっているのはとてもいい。想像しているよりも多くの人が採便方法を間違っている、ということがわかった。
- ・ほとんどの参加者はすでに便潜血検査を受けていたり、これから受ける予定があつたりなど、健康に興味関心が高い方が多いように感じる。新規層の掘り起しが難しい。
- ・クイズ参加の特典に大腸がん撲滅トイレットペーパーをプレゼントすると、内容と関連性があつて住民の印象にも強く残るようだ。

いただいた貴重なご意見は、今後の資材改変に大変参考になります。お気づきの点、改善した方が良い点などございましたら、お気軽に当法人までお寄せください。

便潜血検査体験資材 「大腸がん検診べん君2(仮称)」モニター報告

今年4月にご案内した「大腸がん検診べん君2(仮称)」のモニターに多数ご応募をいただきありがとうございました。

いただいたご意見より、このまでの製品化は中止することになりました。現場で実際にお使いいただいた貴重なご意見を参考に開発を続けることになりました。

以下にいただいたご意見を紹介いたします。

■主なご意見

<改善を必要とする点>

- ・べん模型はリアルさが欲しい。形状、色調ともに「うんち」をイメージできない。
- ・べん模型に顔は必要ない。
- ・べん模型の重さはもう少し軽くてよい。
- ・血液の付着位置がわかりづらい。
- ・採便棒の先端に溝やブラシはあった方がよい。
- ・腸壁シートは平面より半筒状で腸がイメージできるとよい。
- ・ポリープが腸壁シートからはがれやすい。
- ・収納ケースはコンパクトだが、まだ大きい。プラスチックケースなので割れそう、落として壊しそう。
- ・腸壁シートやポリープには名前を記載するとわかりやすい。
- ・説明シートはあまり使用しなくても説明できる。
- ・適切な採便量や採便後の容器の保管方法を記載したほうが良い。
- ・この品質で17,800円は高い。購入には予算確保が必要。

<良い点>

- ・黄色のべん模型に顔があるのはかわいい。子供が喜びそう。若い世代への案内に向いている。
- ・全体的にちょうど良い大きさで扱いやすい。

- ・採便容器は大きくてわかりやすく、使いやすい。
- ・べん模型の大きさはよい。
- ・収納ケースはちょうどよい大きさで使いやすい。
- ・使用マニュアルは分かりやすい。

<その他>

- ・自治体で採用している採便容器と一緒に準備するとよい。
- ・人手不足のなか、スタッフが説明のためにこの資材につきっきりになるのは負担がある。

<使用した感想、お気づきの点>

- ・採便方法の間違いが多いことがよく分かった。擦り取る意味を正しく理解された。
- ・視覚的に訴える意義は大きい。この資材をきっかけに便の悩みや他の質問にも答えることができた。
- ・べんのとり方で、沈んだ場合、軟便、コロコロ便の時について案内できた。上手な取り方などの工夫の仕方がわかるとよい。
- ・大勢の前で説明するにはサイズが小さい。

■開発推進にあたって考慮したい点

- ・べん模型、ポリープ、腸壁、採便棒などは、わかりやすさ、美しさ、リアルさが必要。
- ・若い人向けにはかわいさがあつて良い。
- ・採便棒にミゾをつけ、適切な採便量を案内ができるとよい。
- ・採便後の保管方法を案内する。
- ・軽くて、コンパクトで持ち運びやすい。
- ・購入しやすい価格。

早期発見のためには、まず検診を受けてもらうことが必要ですが、せっかく検査を受けても正しく行われなければ意味がありません。当法人の小冊子や大腸がんクイズラリー資材でも正しい採便方法をご紹介していますが、引き続きご意見を伺いながら開発を進めてまいりたいと思います。



(左) 大腸がん検診べん君 (中) 大腸がん検診べん君2

当法人アドバイザーの経験談が 新潟県のタウン情報誌に掲載

新潟県のタウン情報誌「月刊にいがた」に大腸がん経験者で当法人のアドバイザーである岡野則子さんの経験談が掲載されました。

新潟県健康対策課より「女性の大腸がん罹患者が増えていることから、女性の大腸がん経験談を掲載したい」というご依頼をいただき、今回の掲載となりました。記事は大腸がんと診断されてから、治療、今に至るまでを振り返る内容になっています。

40歳になる年に初めて職場の検診メニューにあった便潜血検査を受けた岡野さん。結果は陽性だったものの、特に強い勧めがなかったことと、多忙なことに加え精密検査の手続きがわかりづらかったことから検査を受けませんでした。

後日、自治体の40歳からの大腸がん検診の案内により便潜血検査を受けられる機会があり、その結果でも陽性反応でした。医師から精密検査を受けるよう強い勧めがあつたこともあり、内視鏡検査を受診したところ、大腸がん（ステージⅢa）だと医師から告知されました。

手術、抗がん剤治療の経験後は、生活を改善し、定期的な大腸内視鏡検査とCT検査を受け、現在は自分でマクロビオティックのカフェを開いています。

当時は便が出にくいことや倦怠感を感じるのも、年齢を重ねたことや仕事で多忙による生活習慣の乱れからくるもので、誰でも通る道だと思っていたとのこと。まさか大腸がんに罹患しているとは思っていなかつたと、岡野さんは振り返ります。「忙しいという理由で検診を受診していない方が周囲に多くいますが、大腸がん検査は自宅でできる簡単な便潜血検査、初期であれば95%以上治る病気だということを知つてほしい。だからこそ自覚症状がない初期段階での発見が大切」と呼びかけ、「なんでもないこと=健康を確認するための検査」を毎年受診してほしいと願っています。

多くの方が手に取る地域情報誌にて、当法人アドバイザーの大腸がんの経験談を掲載いただけたことは大変貴重な機会でした。ひとりでも多くの方に大腸がんへの関心・理解が広がつていただければと思います。



女性の関心が高い地域情報を魅力的に紹介した雑誌に掲載

Tokyo健康ウォーク2019開催



東京都と共に行うTokyo健康ウォークを今年も2019年11月17日(日)に開催します。ウォーキングコースを歩きながら大腸がんに関するクイズラリーに参加し、楽しみながら大腸がんに関する知識を深めるイベントです。今回は来年に控えた東京2020オリンピック・パラリンピックの会場がある江東区を歩きます。

■プレイベントを開催

Tokyo健康ウォーク2019開催に先立ち、9月7日(土)に開催エリアである江東区内の商業施設にてプレイベントを行いました。当法人の大腸がんクイズラリーと大腸トンネル探検隊を設置し、施設を訪れる家族連れや友人同士の方々に参加していただきました。東京都、江東区健康推進課とともに、Tokyo健康ウォーク開催のお知らせにとどまらず、がん検診についてご質問いただいた市民の方へ受診方法などを案内しながら、広くがん検診の大切さを呼びかけるイベントとなりました。

<http://www.tokyo-kenkowalk.jp>



NPO法人ブレイブサークル活動報告

(2019年度 第2四半期)

2019年11月8日発行

NPO法人ブレイブサークル運営委員会 事務局

〒160-0023 東京都新宿区西新宿7-22-37 ストーク西新宿303

TEL: 03-6908-9160 FAX: 03-6908-9165

メール: info@bravecircle.net Webサイト: <http://bravecircle.net>