

Q.がんを治りようするにはどんな方法があるだろう

がんを
治りようする
方法はおもに
3つあるよ

手術りよう法	がんを手術で切り取る方法
放しや線りよう法	がん細胞に放しや線をあてて消し去る方法
化学りよう法	がん細胞を消し去ったり、増えるのをおさえる薬を、飲んだり注射する方法

この方法のどれか一つじゃなくて、3つを組み合わせることもあるよ。「がん治りよう」は、単に病気を治すだけでなく、今後の生活や生き方を踏まえて進んでいくことが大切なんだ。

がんを経験した方からのメッセージ



早期発見



がんになったからこそ、果たせた夢

がん経験者

1993年 子宮けいがん
1998年 肝臓がん

生きること、命について
自分の大切なものについて

考える良いチャンスになった

音楽の夢

46歳で大学に
音楽科でピアノを学ぶ
卒業できた

現在ポランティアで演奏できている

がんになったからこそ、果たせた夢

最後に がんになった人のことを考えてみよう

がんになる人は毎年増えているんだ。
もしかしたらあなたのまわりにも、がんになった人がいるかもしれない。けど、がんが治った人、治ったあと仕事をしている人、治りようしながら自分らしく生きている人もたくさんいる。あなたはその人のために何ができるかな？



がんを知ろう!!

「がん」てなんだろう...

ひとのからだはたくさんの小さな「細胞」というものでできている。



大人の身体では「細胞」の設計図に傷がついてしまう。



そして、できるのが「がん細胞」。実は体の中に毎日できているんだ。



けれど、身体には「めんえき」というばいきんを殺すような役わりがあって、がん細胞をやっつけてくれている。



その仕組みが弱くなって、がん細胞が増えてかたまりになると「がん」という病気になるんだ。

Q.日本人のなん人に一人ががんにかかると思う？

① 100人に1人

② 50人に1人

③ 2人に1人



正解は



がんは一生のうち、日本人の2人に1人はかかると言われている。男の人だけだと、なんと3人に2人！とても身近な病気なんだ。

Q.がんはこわい病気だと思う？

2人に1人はがんになると聞いてこわくなったかな？でもがんは大きくなる前、小さいうちにみつけられ、約9割の人がなおると言われているのよ。



がんを小さいうちにみつければいいだろう

Q.がんを早く見つけるためにはなにが必要かな？

小さいがんは、しょう状を出さない。だから、検査で見つけるしかない。がんが大きくなって、しょう状が出てくる前の元気づうちに定期的に検査を受けることが大切なの。



がん検しんの代表的なものは次の5つ。



それぞれ受ける年れいがちがうよ。「子宮けいがん」の検診は20歳から。

そんなに先ではないよ。大人になったら、いつ受けられるかしっかり調べよう。



Q.がんは予防できる？



がんは予防できるのかな？

がんの約6割は生活習慣で予防できると言われている。

じゃあ、良い生活習慣でなだらう。そう、それはこんなこと。



たばこを吸わない

これが一番大事！
がんの原因の3割はたばこなんだ



ほかにもこんなことに気を付けよう



お酒を飲みすぎない



太りすぎないやせすぎない



好きなものばかり食べないで、野菜や肉などをバランスよく食べる



適度な運動をする

でも、良い生活習慣をしてもがんになることもあるのよ。じゃあどうすればいいのかな？答えは…
そう、

がん検診を受けること！

Q.たばこががんは関係あるかな？

たばこを吸うのはどうして体に悪いんだろう？実は、たばこのけむりの中には、正常な細胞をがん細胞に変えてしまう物質がたくさんふくまれている。たばこを吸っている男の人が、肺がんで死亡する確率は、吸わない人の約5倍。そして、中学生からたばこを吸い始めた人は、20歳を過ぎてから吸い始めた人に比べてなんと**30倍!**も肺がんで死ぬ人が多い。それだけじゃなくて、吸ってる人のまわりの人も、がんにかかりやすくなるんだ。



がん全体では、男性の39%、女性の5%は、喫煙が原因

たばこを吸うとがんになりやすい
がん全体で**2.0倍**

たばこを吸う男性ががんで死亡する危険性は、吸わない人と比べると…

口腔・咽頭がん	2.7倍
喉頭がん	5.5倍
食道がん	3.4倍
肺がん	4.8倍
肝臓がん	1.8倍
胃がん	1.5倍
すい臓がん	1.6倍
ぼうこうなどのがん	5.4倍
骨髄性白血病	1.5倍

