

Breast Cancer 乳がんに必要なのは 早期発見と一貫した治療

月に一度はセルフチェック
40歳を過ぎたら検診が必須
違和感を感じたら早めの診療を



主任診療部長・乳腺センター長 中口和則医師

「乳がん患者さんが地元で一貫した治療を受けられる病院、それが必要だと思っています。」
平成25年5月に開設した乳腺センター。同年に赴任した中口医師が立ち上げ、センター長を務めています。
現在、川西病院を除き、市内には乳がんの専門医がいません。多くの場合、乳がんの患者は手術などを受けるために他市町や他府県に通院しています。

「患者を一度診たら最低でも10年はフォローしたいですね。それ以上たつても、乳がんの場合、再発することがありますから。地域にとって、定期的に通える近くの病院が必要。そう考えたんです」

今、川西病院には、乳がんを診療・治療する十分な設備が備わっています。

視触診やマンモグラフィなどによる診断の結果、陽性と判断された場合、針生検、CT、MRI検査の後、手術療法を勧めます。可能であれば、積極的に乳房温存療法を進め、病理検査の結果を踏まえて、抗がん剤を使用した化学療法やホルモン治療などを

実施しています。

「乳がんは他のがんに比べて治りやすいと言いますが、重要なのは早期発見です。しこりなど違和感があればできる限り乳腺外来を受診することを勧めます」と中口医師は話します。

「乳がんは自己チェックが可能。月に1回が目安です。自己検診の方法は大きく3つ。まずは、鏡の前で左右のかたみにへこみやひきつれ、ただれができていないか確認してみてください。しこりがあると変化があるからです。また、仰向けになつてしこりを触診する方法があります。加えて、リンパ節のある脇の



下を調べることも有効です。乳首を触って、血液の混じつた分泌液が出ないかもチェックしてみてください」

自己検診は、毎月日を決めてやってみることが大切とのこと。検診方法は、川西病院で配布しているリーフレットにも記載しています。

中口医師によると、自己検診は20歳代からスタートする必要があるので、40代以降は定期検診や人間ドックを受けてほしいと話します。
乳腺センターでは、月々木曜日に週4回乳腺外来を開設。自己検診で違和感を感じた場合など、早めの診療を心掛けてください。



ロール白菜

旬の白菜を使った、体が温まる一品

人権啓発シリーズ

生きる

人権推進課

Tel (740) 1150

「子どもの思い」を、受けとめ、支える

親としておとなとして
大切にしたいこと

私が担当する仕事には、学校に行きづらくなったり、いじめを受けたりした子どもの代理人として、学校などと交渉する案件があります。このような場合、最初は親御さんとお会いすることが多いのですが、なるべく、当該の子どもさんとも直接お会いするよう心掛けています。というのは、親御さんの思いと、子どもさんの受け止めとが、必ずしも同じとは限らないからです。

子どもさんがつらい経験をする、親御さんは、時に、子ども以上に憤り、相手を許せない気持ちになることがあります。実感として、とてもよく分かります。でも、それでも、親御さんには、ご自身がつらい気持ちを抱えながらも、子どもがどう感じ、これからどうしていくのかを、子ども自身が自分で考えて決定することを、せかさずに待ち、支える、子どもの応援団であっていただきたいのです。

子ども時代は、一瞬一瞬が、輝くような成長の時間です。子どもは、裁判で勝って損害賠償を得るよりも、今の日々で、遊び、学び、成長することを求める存在です。その、かけがえない機会を、大切にしておいてほしい。親としての自戒を込めて、そう思います。

私自身も、心を柔らかく保ち、親御さんのつらい思いに共感できる感性、子どもの思いを感じ取る感性を磨き「子どもが自ら考え、表現し、実現する」ことの大切さを親御さんと共有し、共に悩み考え歩む弁護士でありたいと思っています。(弁護士・元川西市子どもの人権オンブズパーソン 勝井 映子)

人権標語入賞作品

「やめようよ 君が言わなきゃ 誰が言う」中学校3年

おとな子どもも 食と育つ

健康づくり室
Tel (758) 4721

レシピ：健康づくり室栄養士

●材料 (4人分)

- 白菜 8枚
 - ひき肉 300g
 - パン粉 大さじ3
 - 卵 1個
 - 塩 小さじ1/3
 - こしょう 少々
 - 粉パセリ 少々
 - 鶏がらスープの素 大さじ1と1/2
- 熱量 (1人分)：175kcal、塩分：1.5g

●作り方

- ①白菜は芯の部分(下部5分の1程)で切り分け、葉の部分はレンジで約6分加熱する。芯はたね用にもじん切りする。
- ②ひき肉、パン粉、卵、塩、こしょう、粉パセリを入れ、粘りが出るまで混ぜたら、白菜の芯を加え8等分する。
- ③白菜を広げ(硬い部分は麺棒で軽く押しつぶす)、芯の方に②を置き、巻く。巻き終わりはつまようじで押さえる。
- ④鍋に水600ccを沸かし、鶏がらスープの素と③を入れ、約10分中火で煮込む。

消費生活センターだより

消費生活センター
Tel (740) 1167

副業を勧めるサイトに注意!

「絶対にもうかる」という
情報商材に気を付けて!

事例 収入を増やすために副業をしたいと思っていた。インターネットで「1日30分の作業で月100万円以上稼げる」という広告を見て問い合わせた。「自分のサイトを作り、そのサイトに商品の広告を載せる。その広告を見て商品を買う人がたくさんいたら、スポンサー業者から収入が入る」という説明だった。「収入を得るためのノウハウ(人気の出るサイトの作り方やスポンサー業者の見つけ方)を教える。全てサポートする。うまくいかなければ全額返金する」と言われたので、ノウハウを覚えてもらうためにクレジットカードで30万円を支払った。言われた通りに作業をしたが全く収入が得られなかった。「返金してほしい」と連絡したが何の返答もない。(30歳代 男性)

事例のような、収入を得るためのノウハウを情報商材といえます。インターネット上では「月10万円以上稼ぐ方法」「不労所得マニュアル」といったタイトルで簡単に収入が得られると思わせるような情報商材が載っています。

情報商材を購入したが「指示通りに作業したのに1円も収入が得られない」「サポートが全く受けられない」「収入が得られなければ全額返金するとあったのに業者と電話が繋がらない」などの苦情がセンターに寄せられています。

このような情報商材を勧める事業者は、消費生活センターが解約の交渉をしても応じない場合も多く、連絡が取れないケースがほとんどです。「絶対もうかる」と説明する話には気を付けましょう。おかしいと思ったら、すぐに消費生活センターにご相談ください。