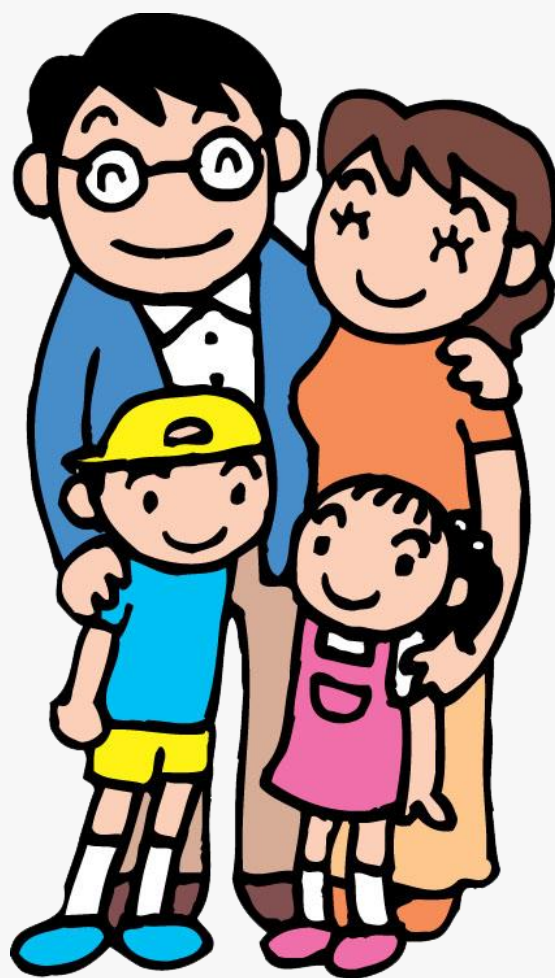


「がん検診を受けてよかった！」

# 体験記集

Part 2





## はじめに

ふくやま健康・食育市民会議(フクイク21)では、「より多くの人にがん検診の大切さを知ってもらいたい」という思いから、2016年度の広報8月号と市ホームページにて「がん検診の体験記」を募集しました。

その結果多くの方から体験記が届きました。それぞれの体験記には実体験から得られた「検診の大切さ」や「ぜひ周りの人にも検診を受けてほしい」という思いが詰まっています。

みなさまの思いをより多くの人に知っていただくため、お寄せいただいた体験記は冊子にし、「がん検診を受けてよかった！」体験記パネル展を開催したり、健康づくりイベントでの展示および配布などを行い、たくさんの方に読んでいただくことが出来ました。

### ▼「がん検診を受けてよかった！」体験記パネル展の様子



「体験記集」の作成から2年が経ちました。  
この度、体験記の再募集を行ったところ、「自分や家族のためにも検診を受けて欲しい」「あの時、検診を受けていればよかった…と後悔して欲しくない」など、ご自身の体験に基づく思いの詰まった体験記が届きました。  
お寄せいただいた体験記をまとめ、「がん検診を受けてよかった！」体験記 Part2を作成しました。

### ▼健康づくりイベントでの展示



勇気を持ってお寄せいただいた貴重な体験記を多くの人にお読みいただき、一人でも多くの人に「がん検診に行こう！」と書いていただけることを願っています。



## 目次

■思い切って受けてよかった！（80歳代 肺がん）	1
■健康で笑顔に（60歳代 大腸がん）	2
■がん検診をうけてればよかった（70歳代 胃がん）	3
■がん検診を受けてよかった！（70歳代 大腸がん）	4
■子宮頸がん検診体験記（30歳代 子宮頸がん）	5
■乳がん・肺がん検診体験記（70歳代 乳がん・肺がん）	6
■ガン検診を受けよう（70歳代 乳がん）	7
■家族のためにも検診を（40歳代 乳がん）	8
■がん検診を受けてよかった（60歳代 肺がん）	9
□検診まめ知識	10
■乳がん検診体験記（50歳代 乳がん）	11
■ガン検診を受けてよかった（80歳代 大腸がん）	13
■重い腰を…（70歳代 乳がん）	14
■がん検診を受けてよかった（70歳代 乳がん）	15
■私の乳がん体験記（70歳代 乳がん）	16
■早期発見（40歳代 乳がん）	17
□福山市のがん検診（内容や受診方法）	18
■乳がん体験記（50歳代 乳がん・膀胱がん）	19
■二回も発見（70歳代 前立腺がん・胆嚢がん）	21
■私の大腸癌検診（70歳代 大腸がん）	23
□セットで受けよう！生活習慣病予防健診	24

\*体験記内の文言は原則いただいた原稿のまま掲載しています。  
\*体験記内には福山市のがん検診以外の検査も記載されています。  
市の検診の内容については、18ページをご覧ください。





## 思い切って受けてよかった！

ちょうど1年前の7月、福山市のがん検診で肺がんの疑い要精密検査「判定E」の通知が届きました。顔から血が引いていくのが自分でも判りました。

その日の午後、すぐに妻と共に内科へ駆けつけました。レントゲン、CT写真など（精密検査を受けるため）A病院を紹介してもらいました。結果が出るまで恐怖の20日間でした。結果は、癌ではなかったのですが他の病気が見つかり、現在も治療を続けております。

妻の姉は肺がんの手術を受け、月に2回、通院しています。姉は通院日の前夜は「がんが再発していないか、転移していないか」と考え、なかなか寝つけないそうです。抗がん剤も使っており、同じ通院でも大違いです。

私はその後「咳がよく出る」時は血液検査をし、感染症を調べたりします。定期的に検査も受けています。

今週末はB病院で年1回のがん検診です。検診を受けると、がんもがん以外の病気も早期に発見し、治療を受けることができます。

もうドキドキする気持ちは全くありません。

80歳代 男性



## “健康で笑顔に”

私は両親の介護生活を、18年間やってきました。

今回痛感した私だから、健康診断は大切に考えておくべきだと思いペンをとりました。

健康だからできる介護も、介護側がダウンすると介護が出来ません。介護側がダウンする前に、そのサインを早く察知して対処するために、がん検診などの定期診断を受診して、健康状態をチェックすべきです。

私は以前から、何度か大腸がん検診で、潜血反応があり、大腸がんの疑いがありました。しかし、父の施設、母の病院と2か所を動き回り介護する日々が続いており、私には直腸鏡（大腸内視鏡検査）をする時間を確保する余裕はまったくなかったのです。

数年前に両親を見送り、その中で、応援してくれた主人も胃がんが原因で他界しました。

自分の健康について見直す時間ができ、精密検査を受けたところ、S字結腸がんが見つかりました。がんはリンパ節まで転移していました。すぐに腹腔鏡手術を受けました。その後半年ごとに検査を受けていますが、今はまったく検査結果にも異常がないほど元気なのです。

自分の健康にこそ、介護生活をしている人には、がん検診の大切さを知ってほしいのです。

自分の体調の異変を早く察知するために検診を受け、検診でがんの疑いが指摘されたら、必ず受診をしてください。

60歳代 女性

## がん検診を受けてればよかった

昨年6月のある朝の朝食後、突然吐き気におそわれ、もうこのまま死んでしまうのかと思うくらい吐いて、吐いて、頭も宙に浮いて、ぐるぐるとまわっています。主人の声にも返事ができない。30分位して、やっと主人の声が「救急車をよぼう」と言っていることが分かりました。もし救急車をよんだら、町内の人達が皆家かけよってくる。今まで元気印で病気といっても誰も信じないくらい元気な日々で、ボランティアに走り回っていましたので…。やっとの声で「救急車はダメ。病院に。」と伝えて抱え込まれるようにして病院へ行きました。

病院に入るなり、私のあまりの顔の青さに看護師さんから「すぐベットに」と言われ、すぐ点滴をして血液検査をしていただき、少し休んでよくなったので、1週間後に来てくださいと言われて帰りました。1週間何も無かったように日々過ごしました。

1週間たったので病院に行きました。医師から、鼻から管を入れて調べると言われ、今まで何もしたことない私が「イヤですコワイです。」と言ったら、「大丈夫」と言って、麻酔をされ、管を入れて調べたようです。目が覚めた時、医師3人と主人がいて、モニターに映し出された映像で、「いたいた、これは手術をしましょう。」と言われ、昨年7月に入院、すぐに手術でした。

入院したことのない私は大変でした。身体中管と点滴の針。本当にかん検診を甘く考えていた、私の大きな大きな過ちでした。自分の健康を過信し、県民共済保険も何十年も掛けていたのに、6月に「もう大丈夫」とやめてしまい、大変なことでした。でも、高額療養費制度\*に本当に救われました。主人にも大変な迷惑をかけ、周りの方々にも申し訳なく、本当に自分のような人、一人も出て欲しくない。過信は絶対危険です。がん検診を甘くみないで。是非、是非おすすめします。

70歳代 女性

\*高額療養費：一定額を超える高額の治療費一部負担金を支払った場合、申請によりその超えた額が「高額療養費」として支給される場合があります。詳しくは、ご加入の保険者にお問い合わせください。

## がん検診を受けてよかった！

1988年9月下旬の頃、食後15分位して胃が痛み、排便時、下血で便器が赤く染まり「うさぎ」のフンのような小さなコロコロの便が数個。ある日の昼食では食欲がなく、2分の1個の「りんご」を完食することが出来ませんでした。

帰宅時、途中にあるA病院を訪れて受診し、病名は「胃潰瘍」と告げられました。1週間は毎日注射と内服、その後内服を1年位続けました。

1年経って、症状が改善しないことから、私は、「どこか、別の病院を紹介して下さい。」とA病院の医師にお願いをし、紹介状を持ってB病院に行きました。

A病院とB病院の医師が治療について相談をしてくださり、その後、私はB病院に通院することになりました。1か月くらい経った頃「大腸内視鏡検査」を受検しました。ポリープが数個ありました。組織の検査はいたしませんでした。結果は経過観察との事でした。それから、1年後、再度、「大腸内視鏡検査」を受けましたが、異常はありませんでした。

B病院にはその後も定期的に通院しており、医師や看護師さんには何でも相談ができる関係が出来ました。

私は、定期的に市の健診を受診し、大腸がん検診の「検便」をしています。今年は大腸がん以外のがん検診も受ける予定です。

自分の体のことは自分しか分かりません。体に異常が現れる前に、早め早めの受診で自らを守りましょう。

70歳代 女性

# 子宮頸がん検診体験記

私は28歳の時、初期の子宮頸がんで手術を受ける事になりました。

母の乳がんが検診で見つかり、私にも子宮頸がんの無料クーポン※1が届いている事を思い出し、受診した事がきっかけでした。

まさか自分が！！と思いましたが、初期の発見で治療も終わり本当にあの時、受診していて良かったと思っています。

その体験を機に、私の友人や知人にも検診を受ける様に話すようになりました。私も母の受診をきっかけに、見て見ぬふりをしていた検診を思い出した1人です。他人事に感じる検診も、身近な自分の実体験を話せば、より現実的に感じてもらえるかなと思っています。

自分や家族の為はもちろんですが、結果的に治療費の軽減にもつながったので、検診を受けて助かりました。良かったです。

30歳代 女性

※1 無料クーポン…福山市から対象年齢の人に市のがん検診を無料で受けられるクーポン券をお送りしています。対象の検診項目等は年度毎に変更する可能性がありますので、広報ふくやまや市ホームページでご確認ください。



## 乳がん・肺がん検診体験記

私は平成24年に健康診断を受けましたところ、乳がん検診で要精密検査と言われ、精密検査を受けるよう勧められましたので、専門の医療機関で検査をしたところ、非常に見つかりにくい部位にがんが見つかりました。乳がんでは進行状況はステージ1ですと伝えられました。幸い初期の段階で見つかったので、手術後1週間程度の入院でリハビリをすることもなく退院できました。その後、放射線治療を1カ月続け薬は現在も服薬中です。

また平成25年に健康診断を受けました時には肺がんが見つかりました。

こちらの場合も進行状況がステージ1～2と早期に発見されたため、即手術をし現在は健康に過ごしております。

平成28年7月にPET検査<sup>\*1</sup>をしたところ、何も異常は見つかりませんでした。

自分は検診を定期的に受けているので、早めに病気を見つけて治療できており、今は元気に過ごしています。

そういった経験を自分がしてきたので、自分の周りにも検診を受けるよう勧めています。その勧めた中の1人から胃がんが見つかりました。この方も早期に発見されたので、ことなきを得、現在は元気に過ごされております。

70歳代 女性

## ガン検診を受けよう

もう忘れたような 20 年ほど前、集団健診をうけ、肺がん、胃がん、乳がん、子宮頸がん、大腸がん全てに異常なしの言葉にまず安心しました。

2009 年 8 月かかりつけの病院で高血圧等の定期検診で医師より乳癌の疑いを指摘され中国中央病院のマンモグラフィーの予約を中国中央病院に取って頂きました。高齢だった両親を見送って半年後のことでした。結果は思いもよらぬ 5 cm もの乳腺ガンでした。乳頭が中心だった為、自分でもおかしい、異常と思った事も無くガン検診で大丈夫と言われて（20 年も前なのに）安心し油断した結果リンパ腺にも転移があり、胸は石灰化が広がり夜空のスバル状態でした。

それから手術を含む 1 年間に及ぶ術前、術後の抗がん剤、放射線治療等が続き、家族の支えを受けお陰で元気に回復しました。今ではガン検診に加えペット画像診断<sup>※1</sup>も受診し転移、再発に備えています。思えば、ガン検診を定期的に受け、忙しいを言い訳にせず、自分の健康にも関心を持つことこそが家族の為になった事に気付くべきでした。ガン等病気が進行すれば完治に時間がかかり、経済的にも負担が多く、万一の事にも成りかねません。

今でも 5 cm ものガンが消えた事で抗がん剤の辛さが消え、手術後記憶が戻ったときの「ヤッター！これで又命頂きました」の高揚感が蘇ります。

こんな私だからこそ声を大にして言いたい。

今、異常の自覚が無くても、ガン検診は定期的に受けよう！！

70 歳代 女性

※1 PET 検査（ペット画像診断）…

検査薬を点滴で投与し、全身の細胞の内がん細胞に目印をつけ専用の装置で撮影することで、がんを発見する検査。がんの転移や再発を早期に見つけることに役立つ。ただし、全ての部位のがんに対し万能な検査ではないので、他の検査と併せて実施することが望ましい場合もあり。福山市の健診としては実施していません。

## 家族のためにも検診を

私の母は8年前にステージ3の乳がんと診断されました。

再発はなく過ごしていますが、癌の遺伝をととても気にしています。

私自身、病院へ行くのは嫌いで、定期健診以外は病気にならないと病院に行く

ことはないのですが、しきりに母にがん検診を受けるよう言われていました。

自分が癌になったからと・・・。

数年前に重い腰をあげて子宮がん・乳がん検診を受けてみました。結果は異常ありませんでした。私以上に、母親が安心した様子を見て、受けてよかったです。また足が遠のいていましたが、今年市から無料クーポン<sup>※1</sup>をいただき、検診に行こうというきっかけをいただきました。

自分と家族のために受けたいと思います。

40歳代 女性

### ※1 無料クーポン…

福山市から対象年齢の人に市のがん検診を無料で受けられるクーポン券をお送りしています。対象の検診項目等は年度毎に変更する可能性がありますので、広報ふくやまや市ホームページでご確認ください。





## がん検診を受けてよかった

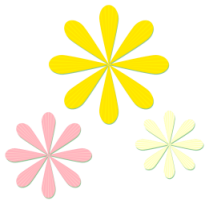
私は現在 62 才。45 才の時、定期的に受けていた職場の検診で、肺にすりガラス様の小さな影が見つかった。CT を撮ると、右上葉に 8mm 大の腫瘍が写っていた。良性か悪性か不明だったが手術を受けた。結果は超早期肺がん。5 年の経過観察のみ。その後も元気に過ごしている。

あの時に検診で「がん」が見つかっていなかったら、2 年もせずして天に召されていただろう。それを機会にドックなどの検診を続けている。

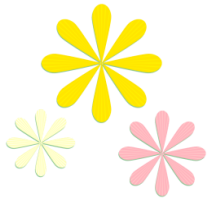
生かされた命，大事に生きようと思う。

60 歳代 女性





# 検診まめ知識



## まめ知識 1

### がんなんて自分には関係ない！？

「がん家系じゃないし、自分はがんにはかからない」  
そう思っていないですか？

日本人の約2人に1人が、がんにかかると言われてます。  
がんはけっして他人ごとではなく、誰もがかかる可能性のある身近な病気です。

生涯のうちがんにかかるリスク(2013年罹患・死亡データに基づく)

男性 61.6%



女性 46.2%



出典(公財)がん研究振興財団「がんの統計'17」

## まめ知識 2

### がんが見つかったら怖いな・・・

がんは不治の病ではありません！  
早期発見・早期治療で生存率は高まります。

胃がん・乳がんの臨床進行度別5年相対生存率

進行度	限局 <sup>※1</sup>	領域 <sup>※2</sup>	遠隔 <sup>※3</sup>
胃がん生存率	<b>95.9%</b>	50.0%	5.7%
乳がん生存率	<b>98.9%</b>	88.4%	33.7%

出典(公財)がん研究振興財団「がんの統計'17」

胃がん・乳がんだと  
早期発見・早期治療で  
生存率が100%近くに  
なります。

- ※1 限局: 一般に早期がんとされる状態
- ※2 領域: リンパ節への転移等ある状態
- ※3 遠隔: 離れた臓器への転移がある状態

## 乳がん検診体験記

私が乳がんを告知されたのは、今から9年前になります。

そう40代後半の時でした。福山市の健康福祉祭<sup>※1</sup>で乳がん検診を受けられることを知り、それまで一度も検診を受けたことがなかった私は、無料で受けられるならという、ほんの軽い気持ちで申し込みました。

検診を受けて10日位たった頃、電話で、右の胸に影のような点が写っているので、検査をうけてくださいと言われました。

電話があるまで検診を受けたことなど、気にもしていなかった私は、えっ！どうということ？と思いつつ、頭が真っ白になったことを今でも覚えています。

その後、病院で全ての検査をしました。

結果が出るまでの数日がものすごく長く感じられました。

結果は今の時点でははっきり分からないので、半年後に来てくださいということでした。その時の私は、しこりもないし、きっと悪性ではない！と勝手に思い込んでいました。半年後の結果は乳がんでした。

一人で結果を聞いたのですが、乳がんと言われた時は、やはり冷静ではいられませんでした。その日はどうやって家まで帰ったのかも思い出せません。

私の場合は、非浸潤がんという乳がん、ステージは0期なのですが、全摘出が必須でした。胸を失うショックは大きく、手術や術後の不安で押しつぶされそうでした。そんな時主人が、わしで出来ることはしちやるけえと口では言いませんが、食事を作ってくれたり、息子達の世話をしてくれたり、いろんな事を受け止めてほんとによくしてくれました。

手術と同時に新しい胸を作る同時再建手術ができると先生から説明されて、短い間に決めなければいけないので悩んでいた時、先生から患者会を紹介していただきました。

同じ病気の方々が生き生きとしておられ、みなさんのお話を聞かせていただきとっても勇気をもらいました。この時私も再建手術をやろうと決めたのです。おかげで無事に手術も終わり、以前よりもとっても元気でパワフルになれたように思います。

今の私があるのは、支えてくれた温かく力強い主人、そして息子達、息子を支えてくださった施設の職員さんのおかげです。  
先生、看護師さん、アンダンテ<sup>※2</sup>の仲間みなさんには感謝してもしきれません。みんなにありがとうの気持ちでいっぱいです。

最後に、たまたま受けた健康福祉祭の乳がん検診、もしあの時、検診を受けていなければ、今頃、私はどうなっていたか考えただけでぞっとします。  
こんな私が言うのもなんですが、こんな私だから言わせてください。まだ検診へ行かれた事がない方、今からでも遅くはありません。是非行ってください。お願いします。

50歳代 女性

※1 健康福祉祭（健康ふくやま 21 フェスティバル）では、現在、乳がん検診を実施しておりません。市の健診については 19 ページをご覧ください。

※2 アンダンテ…がん検診啓発活動に取り組む乳がん患者会

## ガン検診を受けてよかった

私は 81 歳の誕生日を迎えたばかりの今年 1 月、手術のため市内の総合病院に入院した。

入院は、若い時の虫垂炎の手術以来である。病気は大腸ガン。全く自覚症状がないのにガンと分かったのは、毎年受けている福山市の健康診断によってである。診断の 1 つである検便による「便潜血反応検査」が陽性だったため、肛門から内視鏡を大腸内に送り込む「大腸内視鏡検査」で大腸ガンが見つかった。

手術前、心臓・肺など体の状態が徹底的に調べられた。当日は午前 9 時に手術室に入り、麻酔から目が覚めたのが午後 1 時前であった。手術は、傷が小さく回復が早いと言われる「腹腔鏡下手術」で行われ、術後 2 週間で退院できた。その後の検査で、執刀医が、ガンはステージ 1 (ステージ 4 が最も進行している) で、今後 10 年間、ガンが再発・転移する可能性は 10%以下と言われた。

術後半年後の検査でも異常はなく、現在以前と全く同じペースで生活している。

80 歳代 男性



## 重い腰を . . . . .

私の身近な方が乳癌にかかり心が重くなっていたある日、その方が「これが乳癌よ。触ってご覧」と受け容れるにはまだしんどいであろう時期に心の扉を開き（胸も開き）私の手を取って触らせて下さいました。右掌に、はっきりとしっかり触れた異物の感触は私にとって衝撃でした。瞬間言葉を失いました。勿論その方から検診の重要さを諭され重い腰をあげ、即乳癌検診へ。

その方の的確な助言と親切心を戴いたからこそその受診で、その後も十年余り継続して受診しております。

その方にお会いする度に今でも右掌の感触とご親切なアドバイスに心の中で頭を下げしております。（自分の右掌を見つめたら）

良いチャンスとばかりに娘にも勧めて母娘共々年に 1 度欠かさず受診しております。

70 歳代 女性

## がん検診を受けてよかった

私は 30 年がん検診を受けていませんでしたので、ふと思いたって病院に検診にいきましたところ、乳に 1cm の影があるとの事で検査の結果、悪性の乳がんと分かり、ただちに手術を受けました。

ドクターから何かの知らせだったのだから運が良かったのだとおっしゃって下さりました。

でした後 5 年間薬を飲み今ではすっかり良くなり再発もなく元気に生活しております。

恥ずかしがらずに思いきって検診を受ける事の大切さを身をもって体験致しました。

もし検診を受けないままだったらどうなっていたかと思うとこわくなります。

早目の検診はとても大切です。

70 歳代 女性



## 私の乳がん体験記

私は10年前に62才で乳がんが見つかり手術して抗がん剤などの治療を終えた者です。

最近では乳がん患者が増えて12人に1人は乳がんになると云われています。

私は62才迄健康で、出産以来入院などしたこともなく元気印の人間でした。

どうして私が何で私だと告知を受けた時はショックでした。

もっと早く検診を受けていればこんなに辛い思いをしなくて良かったのにと後悔したものです。早期発見早期治療が如何に大切かを身をもって体験しました。

乳がん検診を受けてない方には「是非検診してネ！！」と伝えております。

自分は乳がんなんかにはならないということはないので是非定期的に検診してほしいと思います。体験者として後悔のなきようにしてほしいと思います。

今は年1回検診して再発予防につとめています。

70歳代 女性

## 早期発見

私は出産時、病院の助産師さんの対応に不信感を覚え、退院後、母乳管理のため市内の助産院にかかりました。

子供が1歳半になり無事に断乳。

きちんと後処理もしていただいて、助産院を卒業する際、「乳がん健診しておいた方がいいですよ、病院紹介しますね」と言われました。

毎年、子宮頸がん検診は受けていましたが、マンモグラフィは一度しか受けていなかったなので紹介していただいたクリニックへ行ってみました。

マンモグラフィでは異常なしでしたが、エコー検査で黒い小さな影がみつかりました。その時は「断乳したてなので、おそらく乳腺症ではないか」と言われましたが、先生の勧めで詳しく検査した結果、がんが見つかりました。

小さくても乳管内だったので、左胸は全摘出でしたが、本当に早期だったため、リンパ節への転移もなく現在は内分泌療法にて治療中です。

子育てで毎日忙しく、自分のことは後回しになりがち。

まさか自分ががんに侵されていようとは想像だにできなかったのですが、あのタイミングで健診を受けたことで私は命拾いをしました。

もしも、進行の早いタイプの癌細胞ならば、今どうなっているのか判りません。

とにかく、定期的な検査で早く見つける、それしかないのだとつくづく感じました。

40歳代 女性



# 福山市のがん検診

2018年度版

## 健康診査の種類と内容

がん検診	健診の種類・対象者	検査内容など	健診費用			
			個別健診		集団健診	
			69歳以下	70歳以上	69歳以下	70歳以上
	<b>大腸がん検診</b> 40歳以上の人	問診 便潜血検査	500円	200円	500円	200円
	<b>肺がん検診</b> 40歳以上の人	問診 胸部エックス線検査 (必要な場合喀痰検査)	700円 (喀痰検査追加800円)	400円 (喀痰検査追加300円)	500円 (喀痰検査追加500円)	200円 (喀痰検査追加200円)
がん検診	<b>胃がん検診</b> 40歳以上の人	問診 バリウムによるエックス線検査	2,700円	1,000円	1,000円	300円
	<b>内視鏡検査</b> 40歳以上の人	問診 内視鏡検査	4,000円	1,400円	—	—
	<b>乳がん検診</b> 40歳以上の女性(2年に1回)	問診 乳房のエックス線検査 (マンモグラフィ検査)	1,800円	800円	1,500円	500円
	<b>子宮頸がん検診</b> 20歳以上の女性(妊娠中の方は妊婦健診で行う)	問診 子宮頸部や膣の視診・ 内診、細胞の検査	1,500円	700円	1,200円	300円

市の胃がん検診は、エックス線検査か内視鏡検査のどちらかを選んで受診してください。

## 受診方法 (つぎの2通りから選ぶことができます)

### 個別けんしん

- 受診場所  
福山市個別けんしん実施医療機関(病院など)
- 申込方法  
医療機関へ直接予約(電話・来院等)をしてください。  
予約時に「福山市のけんしん」であることを必ず伝えてください。



### 集団けんしん

- 受診場所  
福山市医師会健康支援センター・福山検診所・市民センター・支所など
- 申込方法  
①「福山市けんしんガイド」に添付している「集団けんしん専用申込書」を郵送してください。  
②福山市ホームページから電子申請もできます。



詳しくは・・・

- ★「福山市けんしんガイド」⇒  
をご覧ください。(市役所本庁舎、市保健所、各支所・公民館などに設置しています。)
- ★福山市ホームページにも掲載しています。



ホームページ

福山市 成人健診課

検索

福山市  
成人健診課  
ホームページ⇒

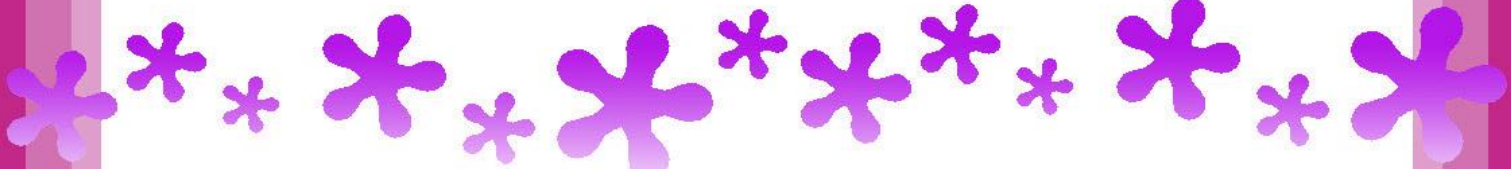


健診結果で精密検査が必要になった場合は、必ず精密検査を受けましょう！



ふくっぴー

健診で異常がなくても、その後気になる症状がある人は、早めにかかりつけ医に相談しましょう！



## 乳がん体験記

乳がんの手術をしてから10年がたちました。

私の場合、母も若いころ乳がんの手術をしています。その手術のあととはとてもひどくて、とても大きな傷跡を残しています。腕もむくんでいます。あれから50年がたって、現在87歳。ちゃんと生きてくれています。

でも、自分もいつか・・・という不安が常にありました。職場の健康診断では乳がん検診も子宮がん検診もありませんでしたが、それで安心していたのです。

そんなある日・・・胸のしこりやひきつれが気になり友だちに相談してみました。強引なその友だちのおかげで検査を受ける気になりました。そしてその病院では、「いつごろ来とるん？ どうしてこんなになるまでほっといたん？」と、言われました。

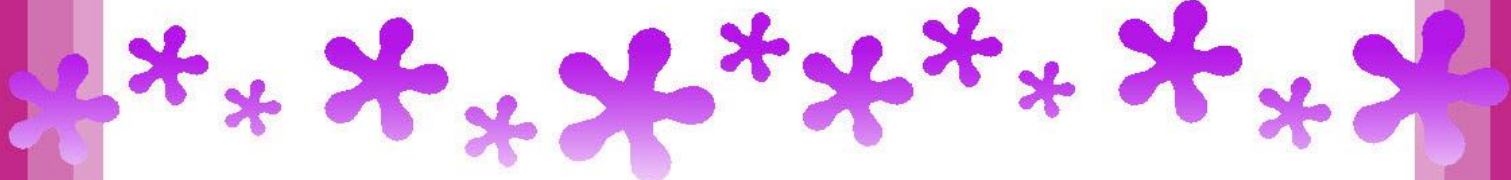
知識がないことがこんなに恐ろしいとは思いませんでした。

それから始まった三大治療。私の場合、転移もあったので術前治療として抗がん剤を投与し、それがよく効いたので乳房温存手術となりました。でも抗がん剤による治療で人相まで変わっていたようです。それくらい辛いものでした。

そのころ子どもは上が専門学生。次が高校生。三番目の子は中学生でした。学費がたくさんかかっていたその時期に、自分の治療や手術もあって家計は火の車でした。治療をやめたいと何度も思いました。

おかげ様で術後の経過もよく、それなりに回復することができたのは、家族やまわりの支えがあってこそです。

私も苦い経験から「検診にいきよ！」と、いろんな人に伝えてきました。



そんな一昨年の健康診断で見つかった異常。すぐに専門医に行くよう勧められ見つかった膀胱がん。思いもよらないことでしたが、きちんと受けていた健康診断のおかげです。

どちらもうれしいことではありませんが、体験に勝るものはなく、自分の体の異常には気を付け、定期的に健康診断には行くこと。これが大切だと身をもって感じています。

職場の健康診断で、乳がんや子宮がん検診ができたらどんなにいいかとも思っています。そのために仕事を休んだり、小さな子どもを預けたりしなくてもいいように。

また私のように、母が乳がんで私も乳がんになると、娘たちのことを心配せずにはられません。どうぞ若い女性たちも検診にいつてほしいです。また子育て世代の方も、親の介護世代の方も自分を大切にしてほしいです。検診の為の時間を作ってほしいのです。これには家族や周りの人の協力なしにはできません。

どうぞ自分の命も、周りの人も大切にしてほしいです。

50歳代 女性

## 二回も発見

毎年特定健診を受診する際、癌検診も合わせて行っている。

5年前町内で「健康づくり」の講演があり、「50歳を過ぎたら男性はPSA検査<sup>※1</sup>をした方がよい」と言われた。

早速特定健診の際PSA検査<sup>※1</sup>をしてもらった。

結果はなんと13.5。

大きい病院で詳しい検査をしたが、生検にこぎつけるまでに2年もかかってしまった。

1回目では癌は見つからず、2回目でやっと前立腺癌だと判明。数値がどんどん悪くなり16.5までに上がっていた。

これではいけないと4件目の病院を紹介してもらった。

その病院で初めて触診をされた。手術の時は癌はステージ4で、できるだけことはするが転移をしているかもしれないと言われた。

とても心配しながらの手術だった。やはり経過は芳しくなく、普通は1週間で退院できるのに1か月以上たっても管はとれなかった。

しかし、今は後遺症はあるものの転移もなく普通に生活している。

又、今年の検診で胆嚢に腫瘍が見つかり、全摘手術。



去年は4ミリだった腫瘍が11.1ミリに大きくなっていた。10ミリを超えると癌になるおそれがあるということだ。今回は腹腔鏡手術で5日で退院できた。

ガン検診で癌や腫瘍を見つけてもらい後遺症はあるものの普通に生活ができることに感謝しています。

1つ残念なことは、癌検査で異常が見つかったも、いい医者を紹介してもらわないと、手遅れになってしまうことだ。前立腺癌発見から手術までに2年もかかってしまったことで後遺症が残ってしまったことだ。

まさしく「早期発見！早期治療！」

そしてセカンドオピニオンは慎重に調べ情報を集めることが大切。

70歳代 女性<sup>※2</sup>

※1 PSA検査…前立腺がんの可能性のある人を見つける検査。

特定健診には含まれておらず、福山市の健診としては実施していません。

※2 この度はこちらの体験記を女性の人からいただきました。

前立腺がんは男性のがんですので、ご家族やお知り合いの人の体験を送っていただいたものかと思います。

# 私の大腸癌検診

ドクターが云う 「明日はどう。空いているよ。」

私 「エッ、明日！（もう少し覚悟する時間が欲しかったな）  
はい、明日。大丈夫です……。でも…エート…でも。  
（エイッ！云っちゃえ） あの…トイレが心配なんですけれど。」

ドクター 「トイレはたしか六つ位あるから大丈夫。」

私 「そっちじゃなくて…検査中にトイレに行きたくなったら困ると。」

ドクター 「今まで、二千人位は診てきたけど、きいたことないなあ。」（困惑）

私 （ふー…。そうか。）「緊張するとトイレに行きたくなるので心配なんです。」

ドクター 「それは心配でしょう。」（この一言で、半分安堵した）

私 「だって先生、あんなに大量の水飲んだら、絶対にトイレ行きたくなります。」  
（ちなみに私の主人は 15 年位前から時々検査を受けており、自宅で下剤を飲んでいたこともあった）

ドクター 「それは大丈夫です。腸内を洗浄するための水なので、腸の方に行ってしまうので、膀胱には行かないからね。それに検査の時間は三十分位なので、大丈夫でしょう。」

私 （そうか。でも主人はずっと前この病院で一時間半かかっても腸の入り口まで届かず中断して帰ったことがあった。）  
「三十分なら大丈夫と思います。解りました。」（三十分が頼りである）

今まで、子宮癌の検査は何度か受けていた。でも大腸癌の検査は絶対嫌！検査中のトイレが心配だった。今回、便に潜血反応があり、かかりつけの先生から強く云われて押問答の末、仕方なく紹介状を貰った。

当日は半分眠っている間に終わり、自分の腸の動画を見られなかったのは残念だったけれど、トイレは大丈夫だった。

もしかしたら、私と同じ思いの人がいるかとも思い、筆をとりました。

70 歳代 女性

# 市のけんしんは**セット**で受けると 人間ドックなみの充実した

おすすめ

## けんしんになります

### 特定健康診査 後期高齢者健診 (生活習慣病予防健診)

身体測定



血圧測定



血液検査



尿検査



プラス  
+

### 大腸がん検診

便潜血検査



### 肺がん検診

胸のX線検査



### 胃がん検診

X線検査 または 内視鏡検査



### 乳がん検診

マンモグラフィ検査



### 子宮頸がん検診

視診・内診、細胞の検査



1年365日のうち、たった3時間なんです。

忙しいから、面倒だから... でも！！

365日のうち、たった1日のうちの 3時間※

あなた自身のために、あなたを大切に思っている家族のため  
「けんしん」の日にしてみませんか？

※生活習慣病予防健診とがん検診(大腸・肺・胃・乳・子宮頸部)を全て受診した場合、  
所要時間は約3時間になります。







**フクイク 21**

ふくやま健康・食育市民会議

## 「がん検診を受けてよかった！」体験記集 Part 2

発行日 2018年（平成30年）10月  
発行 　ふくやま健康・食育市民会議（フクイク21）  
編集 　福山市保健福祉局保健部 成人健診課  
〒720-8512 広島県福山市三吉町南二丁目11番22号  
電話（084）928-4747   FAX（084）928-1143