

# 活動成果報告書

平成27年度（第19回）「チョダ地域保健推進賞」

## 活動テーマ

がん体験者との協働による乳がん検診を促す取り組み

応募グループ名称及び氏名（グループの場合は代表者名）

練馬区成人保健事業検討部会

代表者：佐藤 一江

勤務先：練馬区役所

所 属：健康部 北保健相談所

所在地：〒179-0081

東京都練馬区北町8-2-11

TEL：03-3931-1347

FAX：03-3931-5574



## ◇活動方針

我が国の女性の乳がんによる死亡数は年々増加している。練馬区の75歳未満年齢調整死亡率は2013（平成25）年度人口10万対13.3で国の10.7、都の11.3と比較すると高い割合で推移している。しかし、日本の乳がん検診受診率は低く、練馬区においても乳がん検診受診率は21.2%（平成26年度）と低迷している。乳がんの罹患率は30歳代後半から40歳代に増加するため、若い女性への啓発を行う必要があるが、受診者の低迷に加え、好発年代の検診受診率も低い現状にある。また、これまでも講演会を通じて検診受診の勧奨も行ってきたが、参加者は限られ、30歳～40歳代の区民の参加が少ない状況にあった。この年代は、仕事や子育て等で忙しく検診を受けにくい現状があるため、重点的に取り組むことができないかと考えた。

練馬区には、練馬区協働事業提案制度（地域のさまざまな課題に対して、町会・NPO・などから事業を募集し、提案団体と区がそれぞれの社会資源を持ち寄り、課題の解決に取り組む制度）があったことから、平成26年度からこの事業を活用し、乳がん体験者の会「あけぼの-NERiMA-」と協働で、30歳～40歳代の女性が多く集まる区内小中学校PTA等を対象に乳がんの啓発のための出張講座を行ってきた。平成27年度には、小中学校だけでなく、地域の子育てグループも対象として、「乳がんが他人事ではなく、誰にも起こりうる可能性のある病気」であることを知ってもらい、乳がん検診を促す啓発を行った。平成28年度以降は協働事業が終了となるため、本取り組みを事業化し、事業継続としていく予定である。

# 活動成果報告書

## ◇活動内容とその成果

### 1 活動内容

仕事や家事等で忙しく、自分のことは後回しになりがちな子育て世代の母親を対象に、出張講座を実施する。また、母の日および健康フェスティバルにおいて乳がん検診を促すキャンペーンを実施する。

#### (1) 出張講座 (年に20回)

対象は、区内小中学校PTAおよび子育てサークル等で15名以上の参加が見込まれる団体。

#### ① 内容

ア 専門医の話 (協働事業で独自に作成したDVDを使用)

イ 乳がんの体験者と保健師の話

ウ 乳がんモデルを使った自己チェック体験

※時間は30分から1時間半程度とし相手の希望に合わせて実施

#### ② 実施回数

・平成26年度 区内小中学校15校 313人

・平成27年度 区内小中学校および子育てグループ等 32団体

(1月末現在/29団体/666人実施済)

#### (2) 母の日および練馬区健康フェスティバルでの乳がん検診を促すキャンペーン

① 母の日に、区内協力フラワーショップ7店舗での啓発グッズ(ティッシュ)の配布

② 練馬区健康フェスティバルにてブースを設け、ちらしの配布、パネルの展示、乳がん触診モデルでの自己触診体験を実施

#### (3) 乳がん検診に関する区独自のリーフレット・クリアファイル・パネルの作成と配布

### 2 活動成果

#### (1) 出張型の講座

練馬区ではこれまでも乳がんの啓発講座を実施してきたが、平成25年度の30~40歳代の参加割合は18%だった。一方、平成26年度は、同年代が90%以上を占めた。この年代の女性が仕事や子育て等で忙しく、自分の身体の話は後回しになる傾向があることから、学校の集まりの機会を活用し、学校という身近な場所に出張して講座を行ったことが、同年代の参加者増加につながったと考えられる。平成27年度は、子育てグループも対象とし32団体からの申込みを受けて出張講座を実施中である。

#### (2) 体験者との協働

乳がん検診の受診阻害要因には、「自分とは無縁の病気という思い込み」「知識不足」等が挙げられる。検診を受けない理由としては、「気になる症状がないから」「過去に検診を受けたから」等の意見が多く、正しい知識を普及させることは重要である。医師の専門的な話は効果的であるが、医師を伴う講座を多く企画することは財政的にも困難であるため、区内の乳がん専門医の協力を得てDVDを作成し、教材として活用した。正しい知識の普及に加え、乳がん体験者の話では、自分

## 活動成果報告書

ががんになるとは思っていなかったこと、子どもや家族への思い等が率直に語られた。「ママ、僕がおっぱい買ってきてあげる」といった子どものことばに、涙を流し真剣に耳を傾ける参加者も多かった。体験者の話により、乳がんが「単なる知識」「他人事」から「自分にも起こりうる身近な健康の問題」と認識が変化していったことから、専門医や保健師の話とともに体験者の声を届けることの効果が明らかになった。

### (3) 乳がん触診モデルを用いた自己触診体験

乳がん触診モデルを用いた自己触診体験では、「今後の自己触診の参考になった」「自己触診の重要性がわかった」等の感想が多かった。触診体験では、質問も多くあり熱心に体験する方が多かった。また、装着型の乳がん触診モデルを使用したため、置き型とは違い、しこりを触れた際に乳がん触診をより自分事として捉えることができていた。

### (4) 男性への啓発

小中学校の保護者を対象としたため男性の参加も多くあり、「パートナーとして無関心ではいけないと思った」等の感想が聞かれた。乳がん検診の促進には「家族の勧め」が強い受診動機になるとの報告もあり、男性への啓発の重要性を感じている。平成 27 年度は、ねりパパ（練馬区を拠点とした現役パパたちによる育児支援団体）と協力した出張講座を行う予定である。

### (5) 職員の意識の向上

出張講座実施については、体験者団体と共通マニュアルを作成し、区内 6 か所の保健相談所保健師で担当した。職員へのアンケート結果から、体験者と協働して講座を行うことで、職員自身の乳がんに対する知識や啓発の必要性が向上し、健康教育への進め方にも大きな成果があった。さらに、区内 99 か所の小中学校に呼びかけるために、小中学校の副校長会や養護教諭部会、PTA 联合会協議会に直接働きかけたことは、今後の学校保健との連携の一助になったと考えている。

### ◇今後の計画

出張講座終了後の参加者アンケートでは、「自分には関係ないと思っていたが、高い確率でかかることがわかった」「乳がんが身近なことに感じられた」「体験者の声が心に響き、検診を受けようと思った」「今後は月に 1 回の自己触診をしていきたい」「子どもや家族のためにも検診を受けたい」等の記載が多かった。また、「病気になっても恐れすぎないこと、がんになることは怖いことではないと思った」の意見も多かった。

乳がん啓発では、医療の専門家だけでなく体験者と協働した取組みにより、乳がんの罹患率が増加する年代の区民にターゲットを絞り、直接体験者の声を届けられたことは、効果がある内容だったと思う。

また、乳がん検診の促進には、家族の勧めが強い受診動機にもなるとの報告があることから、男性（パートナー）への啓発も積極的に行っていきたいと考えている。

さらに、子育てをしていない同年代の女性への啓発も必要であることから、今後は企業・職域との連携を模索していきたいと考えている。