

一般財団法人設立記念講演会

日本では毎年、約1万5000人の女性が子宮頸がんを発症し、そのうち約3500人が命を失っています。さらに問題になっているのが、20〜30歳代の若い女性の間で発症率が高まっていることです。子宮頸がんはワクチンの接種でほぼ予防ができます。健診は、早期発見・早期治療の有効な切り札ですが、アメリカの83.5%に比べて、日本の受診率は24.5%と際立って低い状態です。

以下は、自身の経験をもとに、子宮頸がん健診の受診率を上げるため、がん治療や子宮頸がんの講演活動など、幅広い活動を行っている女優・仁科亜季子さんの「元気な明日のために」子宮頸がんは予防できる」と題した講演内容です。

「元気な明日のために」子宮頸がんは予防できる」

女優 仁科 亜季子 さん

皆さまこんにちは。仁科亜季子でございます。東京の桜の開花は3月30日です。寒がりやの私は早く春が来ないかと待ち遠しくなる反面、暖かくなると花粉症に悩まされます。今日もくしゃみが連発。薬を飲んでしまいましたが、お見苦しいことがあればお許しください。

私は4月3日に59歳になります。嬉しいのやら、悲しいのやら、切ないのやら……複雑です。小さいころは60歳といえば、おばあさんという感じがありましたが、いざ自分のこととなると、おばあさんなんてとんでもない！ そうです。

東日本大震災から1年以上に

なりますが、まだまだ復興の手もつかずに苦勞されている被災者の方も大勢おられると思います。図らずも、震災直後から、テレビを通して子宮頸がんに対する私と娘からのメッセージを皆さまも目にしていたいたと思います。普通はあまり流れないA.C.のコマーシャルですが、多くの方の



お心に留まったことと思っております。講演で各地に伺いますと、子宮頸がんの健診率も、ほんの少しですが上がったと、医療に関わっている先生方にお褒めの言葉をいただきます。嬉しいような気持ちになります。皆さまの大変な思いのうえに成り立っているのだと思うと、ちよつと複雑な気持ちもいたします。

皆さまのお手元にある『もつ

がんなんて他人事ではなかった

人間には思いもよらぬこと、あると思います。嬉しいこと、幸せなこと、驚くこと、腹が立つこと、中でももっとも大変なことは病気かと思ひます。まさか自分ががんになるなんて、大きな病気になるなんて、若い方は皆さんそうだと思いますが、私の場合もまさにそうでした。

今は、各自治体から、20歳、25歳、30歳、35歳、40歳の5年ごとの節目に「20歳から健診を受けてください」と子宮頸がんの健

と』という、すばらしい健康読本にもありますが、私が患いました子宮頸がんについて、今日は、その経験を少しお話ししたいと思っております。結婚してから長く芸能界はお休みしておりましたが、47歳からこのような講演活動をはじめ、12、13年になります。きっかけは読売新聞社主催のシンポジウムへのお誘いでした。その時は離婚して間もなかったの

で、「私のからだの中の細胞が、まだまだ主婦、子育て仕様なので」と、お断りしましたが、とにかく経験を伝えてほしいということでしたので、それではとお話しをさせていただきました。その折、私のお話しを聞いていただいた方からパワーをいただきましたので、逆に、私にも何かできることがあるのではないかと思います。十数年この活動をしております。

AC

公益社団法人ACジャパン。
広告を営利目的ではなく公共のために役立てようと全国の企業が集まった団体。

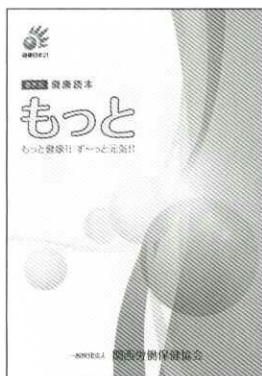
診無料クーポン券が、皆さまのお手元に届けられています。21年前は35歳健診だったと思います。

当時、上の子が8歳、下の子が6歳で、入学、お受験の真っ最中。毎日の育児、家事に追われて、せつかくいただいた通知も「来月でいいかな」、「次の機会がいいかな」と、封も開けずに置いておいたツケが38歳のときに回ってきました。

下の子の入学を終えて、やれやれとホッとしたので、友人のご

家族といっしょにゴールデンウィークにのんびりものでも食べに行こうと、2泊3日の台湾旅行をすることになりました。ところが、そのときすでに、私のからだには変調があったのでしよう

か。私だけ、食べ物にあたりまして、ホテルでお茶を飲んでも、水を飲んでも戻してしまふという状況でした。おいしい料理を1回も食べずに帰ってまいりまして、帰国後すぐに内科の健診を受けました。



健康読本
『もつと』

娘の仁美を生んだ病院で、総

看護師長さんにも先生方にも、
とてもよくかわいがっていただき
ましたので、かかりつけのお医者
さまのように雑談を交えながら
お話しをしていました。

今でこそ更年期障害という言
葉はポピュラーに耳に入ってくる
と思いますが、当時は女性に対
する差別っぽい言葉で、プラスの
イメージはなかったのですが、な
ぜか私は内科の先生に「更年期
障害って、もうそろそろはじまる
ころかしら？」と聞きました。そ
のとき先生が「そうだ、仁美ちゃ
んを生んでから検査していない
じゃないか」と、婦人科へ連れて
行ってくださいました。

その検査の結果、見事に子宮
頸がんを見つけていただきました
。もし、そのとき見つかったいな
ければ2年くらいの命だったね、
と、あとから伺って、背筋の凍る
思いをいただきましたが、悪運強
く見つけていただき、内臓は結構
ポロポロなんです、元気に生き
ながらえております。

偶然に見つかった子宮頸がん、

38歳の5月でした。

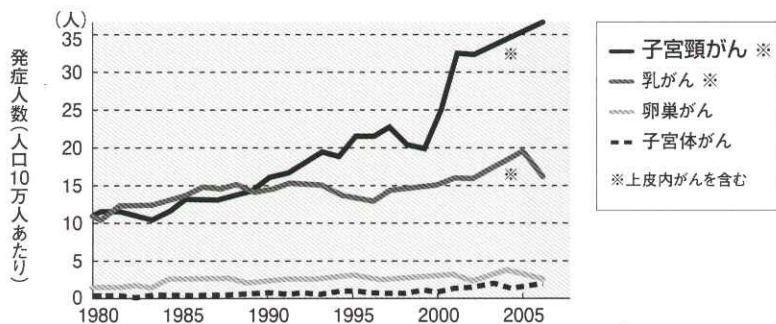
その後、セミナーや講演や対
談に伺って私なりに勉強しまし
たので知識も豊富になりました
。その当時は、がんイコール
死というイメージがすぐ頭に浮
かびました。ひとりで告知を受
けたそのときは大丈夫でした
が、小さい子ども達をどうした
らいいのか、置いて行かないぞ
という気持ちになって……駐車場
の自分の車に戻ってから2時間
ほどでしょうか、悔しいのか、悲
しいのか、どうしたらよいのかわ
からなくなつて、ただただ、ひた
すら泣いていたような記憶があ
ります。

でも、子ども達にこんな母親
を見せられないと思い直して、気
を奮い立たせて家へ戻りました。
それでも、がんに対する知識が
なかったものだから、恐怖もあ
まりなかったというか、夏休みに
入ってからでもいいのかなと、悠
長に構えていました。ところが、
先生に一刻も早く入院してほ

しいと言われまして、5月の半ば
に検査を終えて6月4日に入院
しました。

洋服など、何がどこに入ってい
るか家中にシールを貼つたり、細
かく書き込んだ大学ノートを留
守をお願いした者に託して入院
の準備をはじめました。気にな
るのは子ども達のことです。目
前の夏休みはどうすればいいん
だろう……6歳と8歳の子ども
達は、母親がいなければ絵日記
1枚描かないだろうなと思いま
したので、今もとても仲良くし
ていただいてる谷村新司さんの
奥さまに相談して、1カ月のサ
マースクールに預けることにしま
した。

盆踊りがあるというので2人
分の花笠を作り、浴衣を用意
し、ネームプレートを付けて、と
いうことでトランク2杯分の準
備をしました。その忙しさが、
病気とか入院で落ち込んでしま
いそうな気分を紛らわせてくれ
ました。



出典:がん対策情報センター 地域がん登録全国推計による罹患データ(20~30歳代)

婦人科がんの発症率推移

想像を絶する抗がん剤・放射線治療体験

当時は京都に住んでいましたので、入院先は京大病院でした。間が悪く、10歳年下の妹が6月9日に結婚式を控えていました。外出許可をいただけて、入院先から東京へ向かいました。1泊して病院に帰り、すぐさま治療がはじまりました。

最初は抗がん剤の治療でした。腿の鼠けい部からカテーテルという管を通して太い血管を作り、



そこから患部に直接抗がん剤を流し込むという方法でした。

インフォームド・コンセントといっ

て、先生から事前に説明を受けていたのですが、想像以上にというか、想像を絶する衝撃と痛みを伴う治療でした。先生が画面を見ながら患部に直接抗がん剤を注入するのですが、その瞬間は、おなかの中で熱湯を浴びたような、熱いような、痛いような衝撃と、そのあと、ドリルで穴を開けられているような、凄まじい衝撃が走りしました。なおかつ、厚い氷のヘルメットをかぶせられたんです。何のためかといえば、毛根を収縮して脱毛しにくくするということでした。

1回目の抗がん剤治療はあまり効果がなかったようでしたが、とはいえ、非常に強いお薬を体内に入れましたから、副作用として吐き気がすごかったです。自室に戻る間もなく、3分ごとに襲ってくる凄まじい吐き気。出産を経

験された方には、「つわりのすごく強い」と表現してわかっていただけるかもしれませんが、それ以上に、内臓が全部出てしまっているのではないかと、うほどの吐き気でした。おなかの中はもちろん空っぽです。鼠けい部の血管を切つておりましたから、24時間身動きできない状態で、身をよじるようにして吐き気と闘っており、ました。吐き気の間隔が延びて、治まるころに脱毛がはじまると伺っておりましたが、脱毛はしませんでした。

体力の回復を待つて、7月に、抗がん剤をブレンドし直してもらい、同じ方法で治療を受けました。同じように凄まじい吐き気とともに、一度白血球の数値が下がり、再び上昇し出したところ、2週間経ったころでしようか、脱毛がはじまりました。私の髪の毛は多いほうなんです、見事に3日間でツルツルになりました。普通

なら髪の毛をかき上げると抵抗がありますが、全く抵抗なしに手のひらが真っ黒になるくらい、見事な量がバサバサ抜けました。そのころにはシャワーを浴びてもいいということでしたが、髪の毛が排水口に詰まってしまったので、割り箸で何回も自分の抜けた髪の毛を取りながらのシャワーでした。

先生から脱毛はあると伺っていましたが、やはり、女性ですから、ツルツルになった自分の姿を見てパニックになりました。カツラを手配していいことに気付いて、すぐに幼なじみのピーターさんに「お兄ちゃん、カツラを送ってちょうだい」と電話していました。すぐ送ってくださったんですけど、赤色だとか黄色だったらどうしよう、ドキドキしましたが、そこは常識の範囲で黒いカツラでした(笑)。退院後もそれを着けて幸せな時間を過ごすことができました。

体力の回復を待つて、8月に手術をしました。子宮も卵巣もリ

ンパ節も取る大きな手術です。私の体重は45kg、体内には約4500〜4600ccの血液が流れているということで、輸血には2000cc以上は必要と伺いました。その輸血の際、当時、A型とB型には厳しかった血液製剤の検査がゆるかったらしく、C型肝炎に感染してしまいました。

おへその上から20cm近くの傷を残して手術は終わり、9月になつて放射線治療を受けました。放射線といえば、今、皆さまには、本当に怖いイメージで届いていると思います。もちろん、原発と治療用の放射線とはかなり違いですが、やはり、キツイ処置に違いなく、がん細胞もやつつけてくれますが正常な細胞にもダメージを与えます。

放射線を照射するために、おなかに的を描きます。そして鉄の扉が二重にガチャンガチャンと閉じられ、広い部屋のベッドにひとり残され、ベッドが回りまして、照射の時間は数十秒だったと思いますが、先生方はガラス張りの

「女性の皆さまに警告という意味で真っ黄色の本にしました。もし、書店でお目にとまりましたら、ご覧になってください。巻末には自治医大教授の鈴木先生が、現状、データ、検査方法、治療方法などを、わかりやすい図と質問形式で解説した予防読本を添えてくださっています」



『「子宮頸がん」～経験したからこそ伝えたい!』 潮出版社

隣の部屋からマイクで、「上から」とか「下から」とアナウンスしてくださいなのです。ある時、先生に「さみしいから、ちよつとそばにいてくださらない?」という「いや、僕は将来ある身ですから」と、とつとと逃げてしまいました。先生方も被ばくを避けられる、とても強い治療です。最初は歩い



退院してからが、本当の闘病生活でした

て治療室まで行けたのですが、回を重ねることからだるく、車椅子なしには治療室まで行けませんでした。そのうえ、おなかの×印の的は皮膚が黒く剥離してきて、カサカサになっていま

した。

私の場合は月々金曜日まで5日間を1クールとして6クール、1カ月ちよつとの治療でした。終わり近くになると、金曜の夜から外出許可が出たりして、もう

すぐ退院と、ちよつとウキウキする気分にもなってきました。当初、6カ月といわれた入院生活は、優秀な患者だったので(笑)4カ月で終え、10月に退院しました。

入院中は先生方や看護師さんが命がけで治療し、痛かったり、つらかったりすると、すぐに飛んできてくれましたが、患者にとって

悪さ、精神的にも肉体的にもいろんなことが一身にふりかかってくる、つらい時期でした。

吸引型のパッチを貼って2日でチェンジしています。

退院後は、不安と恐怖と体調の

まず、後遺症が肉体的に顕著に現れました。卵巣を取ってしま

次に、リンパ浮腫。リンパ節を取ってしまったので足がむくんで

まったので、38歳、まだまだ働き盛りだというのに、手術後4日目から更年期障害のような状態が現れました。京都の暑い真っ盛りに電気毛布をいれてガタガタ震えなきやいけなような悪寒が走る、かと思えば次は、パジャマが絞れるくらい発汗したりという、ジェットコースターのような凄まじい体温の変化についていけない状態でした。これは、女性ホルモン補充療法で、少しずつ改善してき

ましたが、21年経った今でも経皮が、ずいぶん長い間続きました。

さらに、放射線の影響があります。放射線は正常な細胞にも影響を及ぼして、腸壁がむくんでしまったり、癒着してしまったりで腸の活動が悪くなっていました。術後の20年間には腸閉塞のような症状が何回もあり、おなかがかチカチになって救急に行くこともたびたびでした。1週間くらいの絶食絶飲で、腸内洗浄して腸を休めるという治療をしていたのですが、とうとう、去年の6月には腸が耐えられなくなつて、バイパス手術のような手術を受けました。その際、腸がかぶさっていた虫垂が破裂寸前だったらしくて、ここでまた、命拾いをいたしました。そして、排尿障害です。私も女

性です。これまで公表を避けてまいりましたが、あとでお話する画期的なワクチンができたことで、ひとりでも多くの女性に私のようなつらい思いをさせたくないということだと思い切りしました。これは婦人科の手術をされた方には大変多くの割合で起る症状です。子宮と膀胱はとても近くにあるので、細心の注意をして手術をしていただいても、神経にさわってしまったか、切断してしまったことで、脳に伝令が届かないのです。お水を少しずつ入れていた風船が、いきなりバクハツするような状況という感じなのです。指令が来ないものだからコントロールがうまくいかず、女

性としては、とてもつらく切なくて、悲しい思いを何回もしてきました。今でも1時間半〜2時間おきにトイレに行くように気をつけています。

21年経った今でも、このような状況ですから、がんというのは、一生引きずっていかなければならない肉体的なリスクがすごく多いのです。完治2年とか5年とかいいますが、それは、悪い部分を取って、そこが治癒できたということです。後遺症は経験した者でないとわかりません。がんというのは、部分を治療して治る病気ではないことを、これからお話していきたいと思っています。

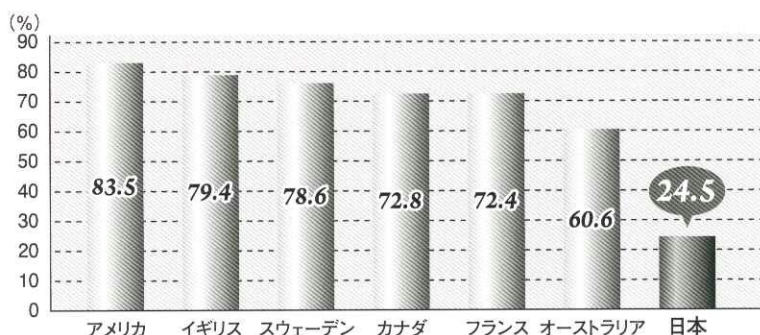
受診は早いほどリスクは少なくなります

ここで、子宮頸がんについて、データ的なことを少しお話ししたいと思います。今、日本人の死亡する原因の第1位はがんです。子宮頸がんは女性が罹るがんの中で、乳がんに次いで多いも

のです。もしかして、女性が初めて経験するがんではないかと思うくらい、若年化しています。年間1万5000人くらいが発症して、約3500人の方が亡くなっています。毎日全国平均で10

人くらいが亡くなっている計算になるわけですから、女性にとっては怖いがんです。

子宮がんには頸がんと体がんがあり、一般的に子宮がんとい



OECD加盟国における20〜39歳の女性、2009年

世界の子宮頸がん健診受診率

えば頸がんをいいます。頸がんは、子宮の入口というか頸(首)のあたりにできる若い人に出やすいがんです。体がんは少し年齢を重ねてから、子宮の奥の方にできるがんです。他に卵巣がんがあります。

今、2人に1人が一生の間に何らかのがんに遭遇するという中で、がんに罹られた3人に1人は亡くなられているというデータも出ています。子宮頸がんの年間の発生率もとても高くなっていますから、皆さまも健診を受けられ



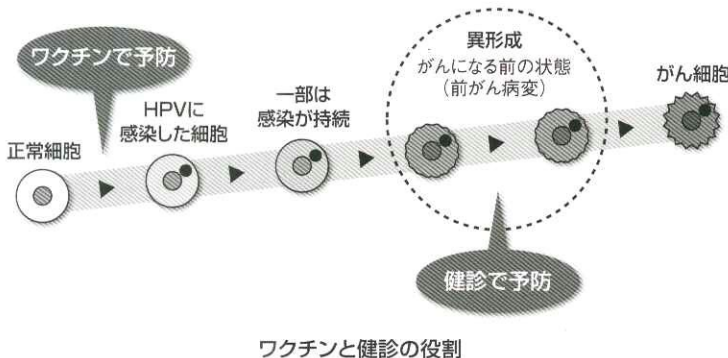
て豊かで元氣な生活を送っていただかないといけないと思います。

子宮頸がんの健診は50年以上前からの歴史をもっているのに、受診率は未だに全国平均20数%です。若い20〜30歳代に至っては4〜5%。本当に少数の方しか健診を受けていないという事実です。神社の脇などに停まっている健診車の、何か暗いイメージですとか、女性にとつて婦人科は羞恥心とかもあつて、あまり行きたがらない科ですが、「仁科亜季子は20何年経った今でも、こんなつらい経験をしてるらしいよ」って周りの人に伝えて、健診をすすめていただければと思います。

子宮頸がんの健診は、とても有効で精度の高いものです。がんになる前の「異形成」という前がん状況で発見されることが多いんです。10歳年下の妹も、私を看病していた28歳のときに健診を受けて、前がんの異形成段階で見つかり、日帰りのような治療で帰ってきました。

異形成の中でも軽度、中等度、高度と、段階を経るのですが、早ければ早いほど簡単な治療ですむことになります。異形成の次の段階が、がんの初期症状で、私の場合はわりと進んでいたというか、進行の早いがんでした。皆さまのお顔が一人おひとり違うように、よく似た兄弟でも性格が違うように、同じ子宮頸がんでも顔があつて、性格があると伺っています。私のがんはひねくれて、タチが悪かったようです。

発症のピークは35歳です。20〜30歳代の女性がとても多くなっています。痛いとかの自覚症状はなく、不正出血があるというときには、かなりの進行状況になっていることが多いと伺います。そうなる前に健診を受けてほしいのです。健診は細胞診で、綿棒でする簡単なものですから、一日も早く受診していただければ、体力的にも、肉体的にも、精神的にも、金銭的にも、いろんな意味でリスクが少なくてすむことを、若い方に通知いただければと思います。



子宮頸がんはワクチンで予防できます

子宮頸がんはHPV（ヒトパピローマウイルス）というウイルスで感染します。100数種あるイボのウイルスと同じ種類で、90%以上の確率で生きているうちに必ず1回は感染するというウイルスです。男性もこのウイルスをもっています。不公平なことに女性だけが、がんになります。長期的に子宮頸部に持続感染していると子宮頸がんになってしまうそうです。このウイルス、自然に体内に入っても抗体ができないんです。健康なからだの場合は体外へ排出してしまうためです。

画期的な子宮頸がん予防ワクチンが、日本でもやっと発売になりました。2006年にアメリカで最初に承認されて以来、各国で承認されてきましたが、遅ればせながら日本でも承認・発売になったのです。

今までのワクチンのように弱毒化したりするのではなく、遺伝子操作で遺伝子の核を抜いて無毒化し、皮下注射で接種します。1回目、1カ月後、6カ月後に接種するワクチンと、別メーカーの1回目、2カ月後、6カ月後接種の2種類があります。2社のワクチンを混ぜて接種しないように3回打ちます。

昨年の春にはワクチンが少し不足していましたが、今は、グラク

ソ・スミスクライン社に続いてMSD社という2社から出ています。婦人科でなくても内科や小児科でも接種できます。

このワクチン、実費ですと1本1万2000円くらいで、3回打たなければならぬので、5万円くらいかかります。今のご家庭では1人のお嬢ちゃんに5万円の負担は大きいかなと思って、私も公費助成を求めて、ずいぶんいろんなところで活動をしてまいりました。署名を集め、一昨年、長妻厚生労働大臣（当時）や小沢幹事長（当時）の所へと、国会に何度も足を運んで陳情しました。今は中学1年生から高校1年生までが公費助成になっています。

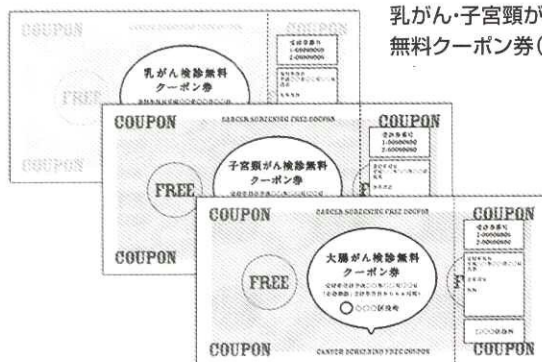
ワクチン接種はセクシナルデビュー前に

HPVには16型、18型という横網級、大関級のがんリスクの高

い型があります。ワクチンはこの型にとっても有効であると聞いてい

ます。このワクチンを打つと抗体ができて70%以上の確率で感染

乳がん・子宮頸がん・大腸がん検診
無料クーポン券（見本）



子宮頸がんワクチン

英国グラクソ・スミスクライン社の「サーバリックス」と米国MSD社の「ガーダシル」の2種類があり、海外ではすでに100カ国以上で使用。日本ではサーバリックスが2009年に、ガーダシルは2011年に承認、発売。

を防げる画期的なものです。ただ、「ウイルスが体内に入る前にブロックし、予防しましょう」ということで、セクシャルデビュー前の11〜14歳くらいの若い女性に接種して予防していただきたいと、私を含めて各自自治体や医師会の方、美容関係の方、女性議員など、いろんな方々が活動しています。それでもなかなか接種率が上がりません。

日本ではワクチンに対して、「副作用があるのではないか」「後遺症が出てくるのでは」という心配があつてか、あまり前向きではないようです。このワクチンは、まれに金属アレルギーがあつたり、皮下注射ですから痛さで気分が悪くなったりするくらい

で、ほぼ100%近く無害で、副作用がないと聞いています。

ネットなどで誤った情報もあります。このワクチンを打つと不妊症になってしまうのではないかと、子宮頸がんが増えてしまうんじゃないかと。そんなことは絶対ないと伺っています。もちろん、インフルエンザワクチン接種と同じように、発熱がある、重要な疾患がある、他のワクチンに過敏な反応があつたとか、金属アレルギーがある場合は、医師ときちんと相談されるのがいいかと思えます。

このワクチンは発見されてまだ日が浅いので、データが少ないですが、計算上では非常に有効であること、若いうちに打っておくとブースター効果といつて、抗体を上げて20年くらいは効くとされ、20〜30歳代の罹りやすい年代までは効果があるといわれています。

肺がんや肝臓がん予防のように、「たばこを吸うのを控えましょう」、「アルコールも脂肪の多い食事も控えましょう」という予防策ではなく、確実に科学的根

拠に基づいた唯一がんを予防できるワクチンといえるわけですから、ほんとうに画期的なワクチンです。

私は、中学1年のお祝いとして、日本全国の女の子へ「国からのお祝い」にしてあげたいのになあ、と思っています。ブランドのお財布を買ってあげるのもいいかもしれないけれど、将来のために、新しい命が宿る母体を守るために、女の子の健全な結婚そして母親になる権利を守るために、ワクチンを打ってあげるといふのは、我々の、そしてもう少し下の世代のお母さまたちの役目ではないでしょうか。少子化といいますが、子どもの数が少ないということよりも、健全な母体を守らないと子どもは生まれないわけですから、少子化対策の第一歩ではないかと思っております。

HPVという男性ももっている一般的なウイルスが性交渉によって感染するのですから、他のがんより若い年齢で発症する危険性が高いわけです。このワクチンを

ブースター効果

追加免疫効果。体内で1回つくられた免疫機能が再度抗原に接触することによって、さらに免疫機能が高まることをいう。子どものインフルエンザワクチン、麻疹、風疹などは2回接種で、ブースター効果による追加免疫を獲得する。



発見したオーストラリアのイアン・フレイザー博士の3人の息子さん達もワクチンを接種していると聞いています。日本や各国でも、男の子にまでは、予算的にも実現はほど遠い話ですが、ぜひ、女の子には打ってほしいと思っています。その後、ボーイフレンドができたなら健診を受けていただく。健診ではウイルスに感染している

●予防接種をする

●20歳になったら健診を受ける

その後は年に一度健診を受ければ子宮頸がんは100%近く撲滅できると思っています。

欧米の先進国では健診率が80~90%の国もあるし、接種率もか

なり高くなっています。ところが日本では、ワクチン接種率が非常に低い。そして健診率も20数%（目標は50%といっていますが、ほど遠い健診率）です。にも関わらず、日本は出遅れておりますので、もしかすると日本だけの特有の病気、風土病という汚名を着せられるかもしれません。これはゆゆしき事態だと思っています。

5つの気でPPKをめざしてがんばります

46歳のときに胃の3分の1と脾臓も取りました。昨年6月の腸の手術では、子ども達は、「もういい加減、チャックにしておけば」というくらい慣れてしまっておりま

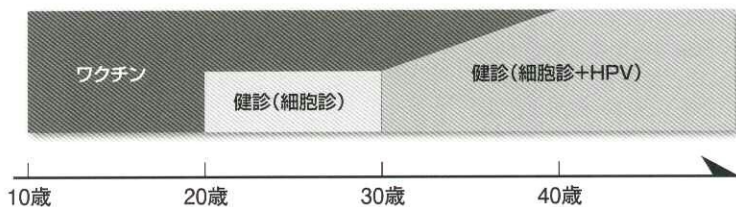
す。いろんな病気をしておなかの中はスカスカ、ボロボロなんです。医学の進歩は素晴らしいものがあります。腹腔鏡というロボットがやるような手術を見せてもらいましたが、抗がん剤も今は、自分の遺伝子やがんの遺伝子も検査してベストマッチなブレンドで治療していただけるようになり、抗がん

剤治療も放射線治療も外来でやっていただけです。入院で長期に母親が留守にすることもなくなつたと聞きます。

昨年6月の手術も、だましました。してきた腸を、このまま一生ビクビクして生活するのは不自由でしょうと、背中を押されて踏み切りました。3回目ともなるとイヤな予感がして覚悟もしましたが、適切な処置をしていただいて、こうして生きながらえています。

私も平均寿命でいえば、残すところあと3分の1くらいになります。

す。ピンピンコロリ、PPKをご存じですか？ ツアーで行かれる人も多いピンコロ地蔵が流行つていますが、PPKをめざして元気な老後を送っていききたいと思っています。子ども達にそう言いましたら、「次の日に起こしに行ったら死んでいるっていうのは寝覚めが悪いから、せめて1週間くらい生きてくれないかな」。一瞬「あ、嬉しい！」と思ったんですが、「いや、ずっと生きてくれない」と言うかと思つたら1週間でもいいわけ？ ちょっと寂しいような…(笑)。



子宮頸がんの年齢別予防法

とにかく、子ども達に迷惑をかけるないように、5つの気をもつて毎日を生きたいと思っています。

1つめは、もちろん「元氣」ですね。これからも咲くであろう桜を見に行かねばなりません。女性でしたら、まだまだおしゃれもしたいと思うし、それには元氣でなければなりません。

2つめは「陽氣」。私が入院していた京大病院でも、ときどき吉本興業の方々をお呼びしてお笑いを提供してくださる時間があります。

したが、笑ったあとのほうが確実に免疫細胞が増えているということとです。歩きながら笑っていると「ちよつと、春？」と誤解をされそうですが、陽氣に1日を過ごしていただくのがいいかと思っています。

3つめには「強氣」。もともと負けず嫌いですけど、強氣でないとか、がん細胞に負けてしまうと、思っています。

4つめは、「やる氣」。桜を見に行ったり、おいしいものを食べた、おしゃれをしたり。寒くても花粉症でも、やる氣を出して一



にしな あきこ
仁科 亜季子さんのプロフィール

歌舞伎俳優十代目・岩井半四郎氏の次女として生まれる。

1972年、学習院女子高等科在学中にNHKプロデューサーのすすめにより、卒業後、NHKドラマ「白鳥の歌なんか聞こえない」でデビュー。その後約6年間、NHK大河ドラマやTBS木下恵介「人間の歌シリーズ」などで清純派女優として活躍。

1979年～1998年の芸能活動休止を経て、1999年春、芸能界に復帰。2000年、本格的に女優業を再開。

近年では、自身の経験をもとに、がん治療に関する講演など、幅広い活動を行っている。

歩外に出るということ、陽氣にもなれるのではないかと思います。あと、桜も何回見られるでしょうと思うと見となくなっちゃと意欲が出ます。

そして最後に「勇氣」。人間はやるの、やらないの？ そこで留まるの、前に進むの？ 二者択一だと思います。最終的には自分で決める道ですから、決めた道を勇氣をもつて。反省はしてもいいけど後悔するとメソメソしてしまいますから、後悔はしないという勇氣をもつて進んでいきたいと思えます。後悔しても元に戻りませんから。

こうして仕事をしておりますと、画面や舞台でやってしまったことを含めて皆さまの前でお話したことは、取り返しがつかないんですね。だから、こうすればよかった、こういう話をすればよかったと反省はしますが、2時間前は過去ということで、反省はしても後悔はしないという勇氣。この5つの氣でがんばって、ピンピンコロリをめざす楽しい老後を願っております。

1にワクチン、2に健診そして家族の会話が大事

皆さまの中にも子宮頸がん、その他のがんや病氣と闘っている方がいらつしやるかもしれませう。私が今日話したことで、何か不適切なこと、失礼な発言があったらお許しいただきたいと思ひます。私はあくまで子宮頸がんを体験したことで、がんにならないに越したことはないんだよ、絶対なつちやいけないんだよ、ということをお伝えしたのです。

日本対がん協会から出ている小冊子には、母と娘の対話形式で子宮頸がんを説明しています。

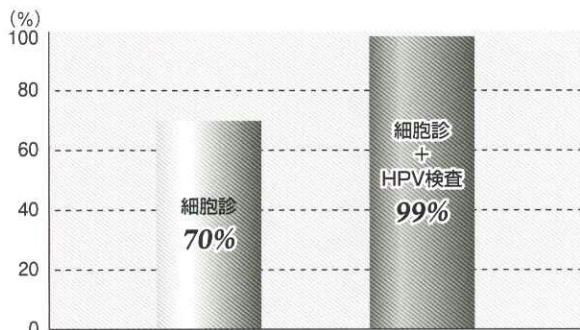


欧米の先進国では、母親や親戚の女性が定期的に健診を受けていることを子どもはよく知っています。家庭の普段の会話を通して、子どもも自分のからだに関心をもっています。私の子ども達もそうです。私がしつちゆう病院にかかっているのを、話題も多く、6〜8歳から母がいなくてつらい思いをしているので、若い方には関心をもっています。娘は、いつしよに講演に来てくれたり、お友達を誘つてワクチンを打ちに行つたり、健診に連れて行つたりして手伝つてくれています。

各分野には専門家がいます。からだのことはお医者さまに聞かなければわからない、臓器の場所もよくわからない、その臓器が今、SOSを発しているかはわからないので、ぜひ、健診を受けてほしいと思います。企業では定期健診を受けられます。自分自

身のからだを知るために大切な健診のことが、ご家庭であまり話題にならないというのは日本の悪いところで、新婚時代は甘い会話の中で話題になつたはずなのに、10年、15年経つと会話もない(健診のことだけですよ。他の会話は知りません)というのはママだけではなく、パパにも責任があると思います。

第1次予防でワクチン、第2次予防で早期発見・早期治療のために健診が大事。健診ではウイルスのチェックとその後の健診が大事。ご家庭で話題にすることが大事。そして、皆さまには、職場の女性職員の方に、そのお嬢さま方に、男性は奥さま、お嬢さまと会話をしていたく、とくに11〜14歳のお嬢さんが周りにいらしたら、ワクチン接種をすすめていただきますよう、お願いいたします。



中等度異形成以上の前がん病変の発見率

併用健診のメリット