2026年11月10日(火)
鹿児島県立山川高校「がん教育」

令和八年十一月十日（火）日直　川平 正博

がん について考えよう！

医療法人 一誠会 三宅病院
川平 正博



本日のお話

- ✓ 自己紹介
- ✓ 「がん」ってどんな病気？
- ✓ がんを防ぐには？
- ✓ がんになっても自分らしく

令和八年十一月十日（火）日直 川平 正博



本日のお話

- ✓ 自己紹介
- ✓ 「がん」ってどんな病気？
- ✓ がんを防ぐには？
- ✓ がんになっても自分らしく

令和八年十一月十日（火）日直 川平 正博



がんに対するイメージ

こわい

やばい

なおらない

とても深刻

いたい

悪い病気

死ぬ可能性がある

苦しい

つらい

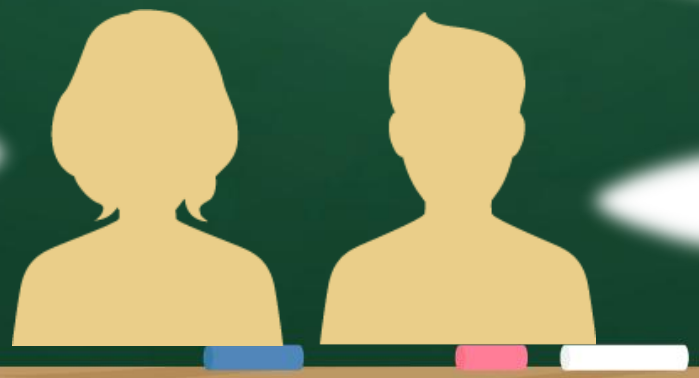
危ない

抗がん剤

危険な病気

マイナスなイメージ

体に大きな負担がかかる



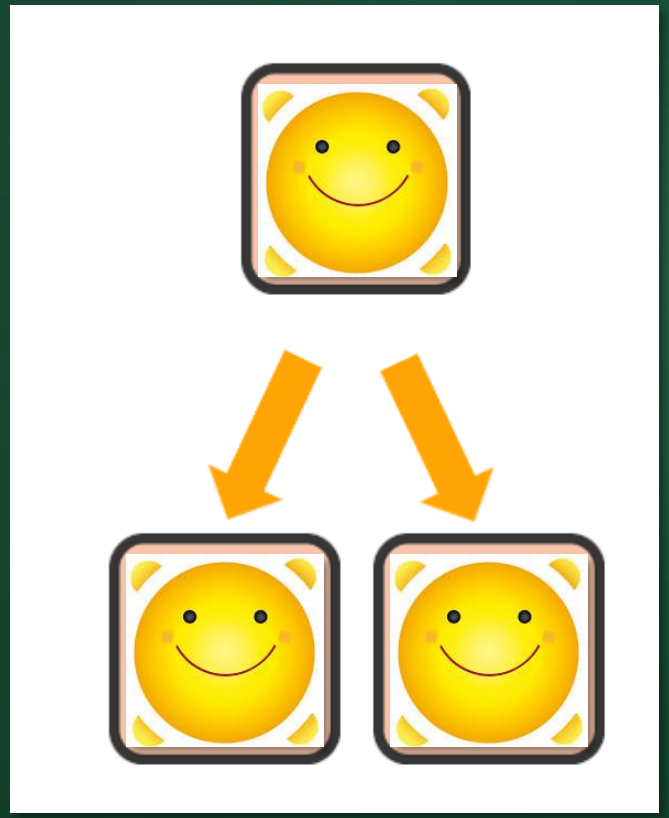


Q. がんはどうやってできるの？



人間の体は
たくさんの細胞(さいぼう)
が集(あつ)まってできている

Q. がんはどうやってできるの？

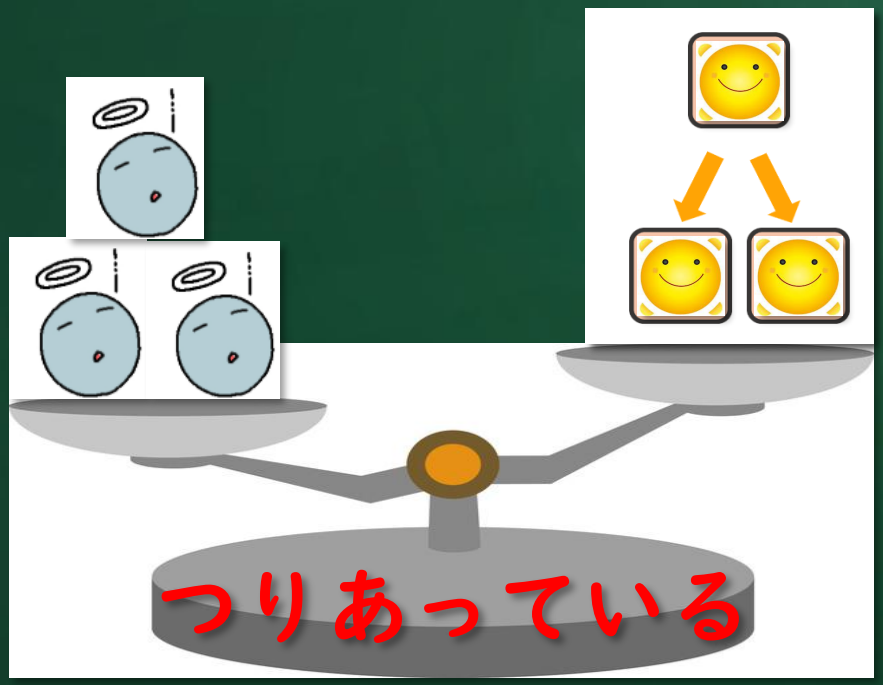


私たちの体の細胞は
毎日分裂(ぶんれつ)して
新(あたら)しくなっている

Q. なぜ細胞は分裂するの？

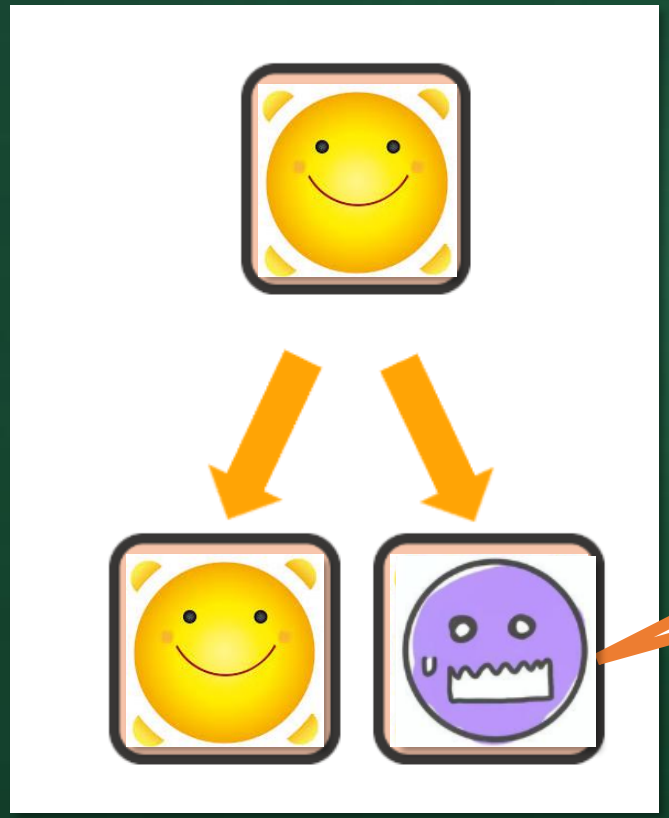
死んでゆく細胞

分裂してできた
新しい細胞



古くなった細胞は死んでゆくので
死んでゆく細胞と分裂する細胞が
つりあって,体の細胞は一定に
保たれている

Q. がんはどうやってできるの？



時々(ときどき)異常(いじょう)な細胞
ができる

異常な細胞から守る働きがある

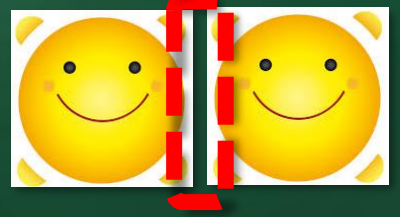


正常な細胞にもどす



修正
（しゅうせい）

免疫(めんえき)がやっつける





めんえき
免疫細胞



排除
（はいじょ）

働(はたら)きがうまくいかないときがある

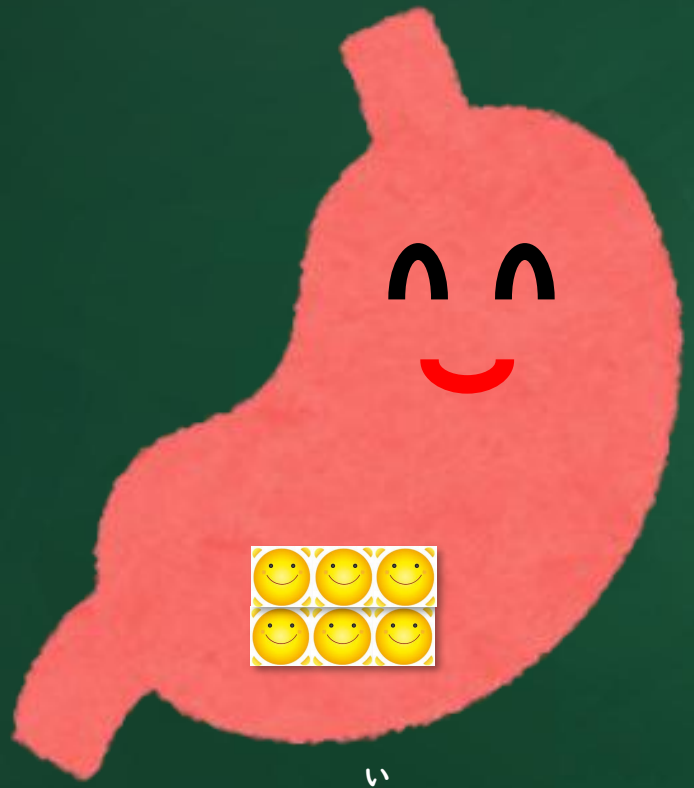




がん

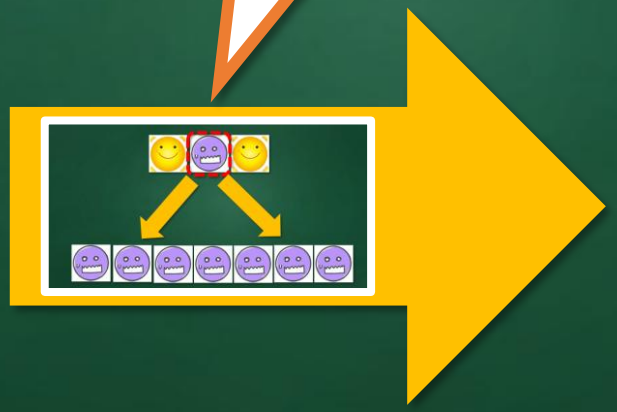
異常(いじょう)な細胞(がん細胞)が急に増(ふ)え始めて塊(かたまり)を作る

Q. がんはどうやってできるの？



胃

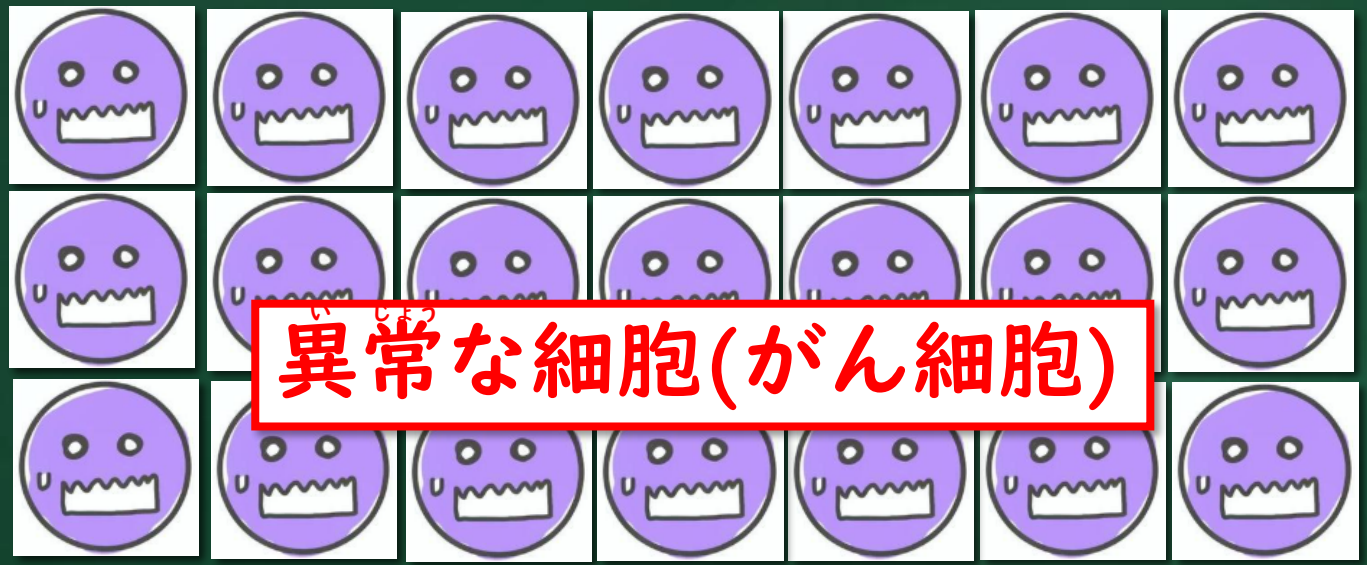
(食べ物をため込んで消化する内臓)





胃がん

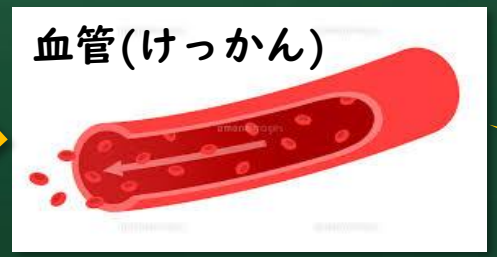
Q.がんはどのように体に広(ひろ)がっていく？

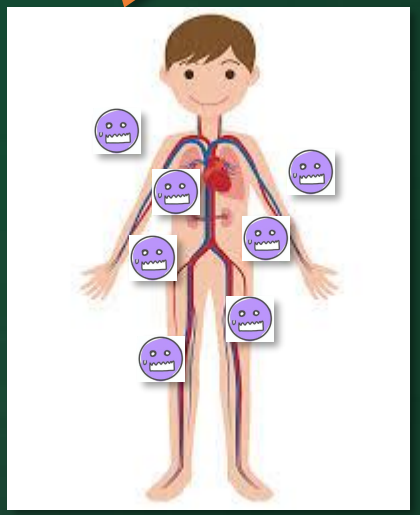


異常(いじょう)な細胞(がん細胞)

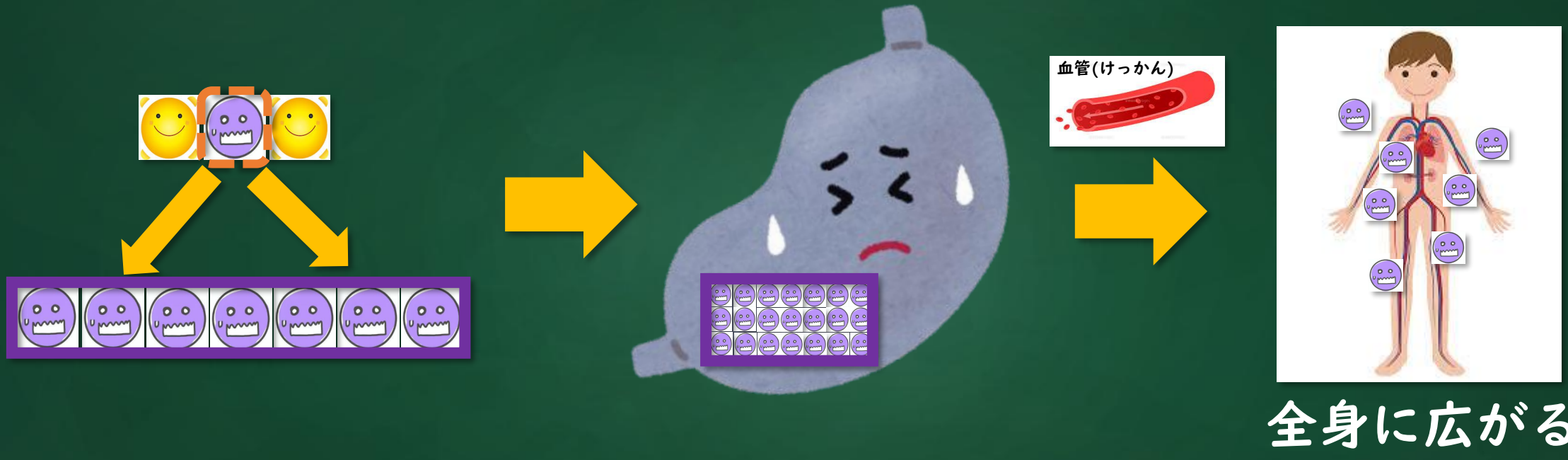
がん細胞が血管などに入り全身(ぜんしん)に広がる







がんは自分の細胞の変化で起こる病気



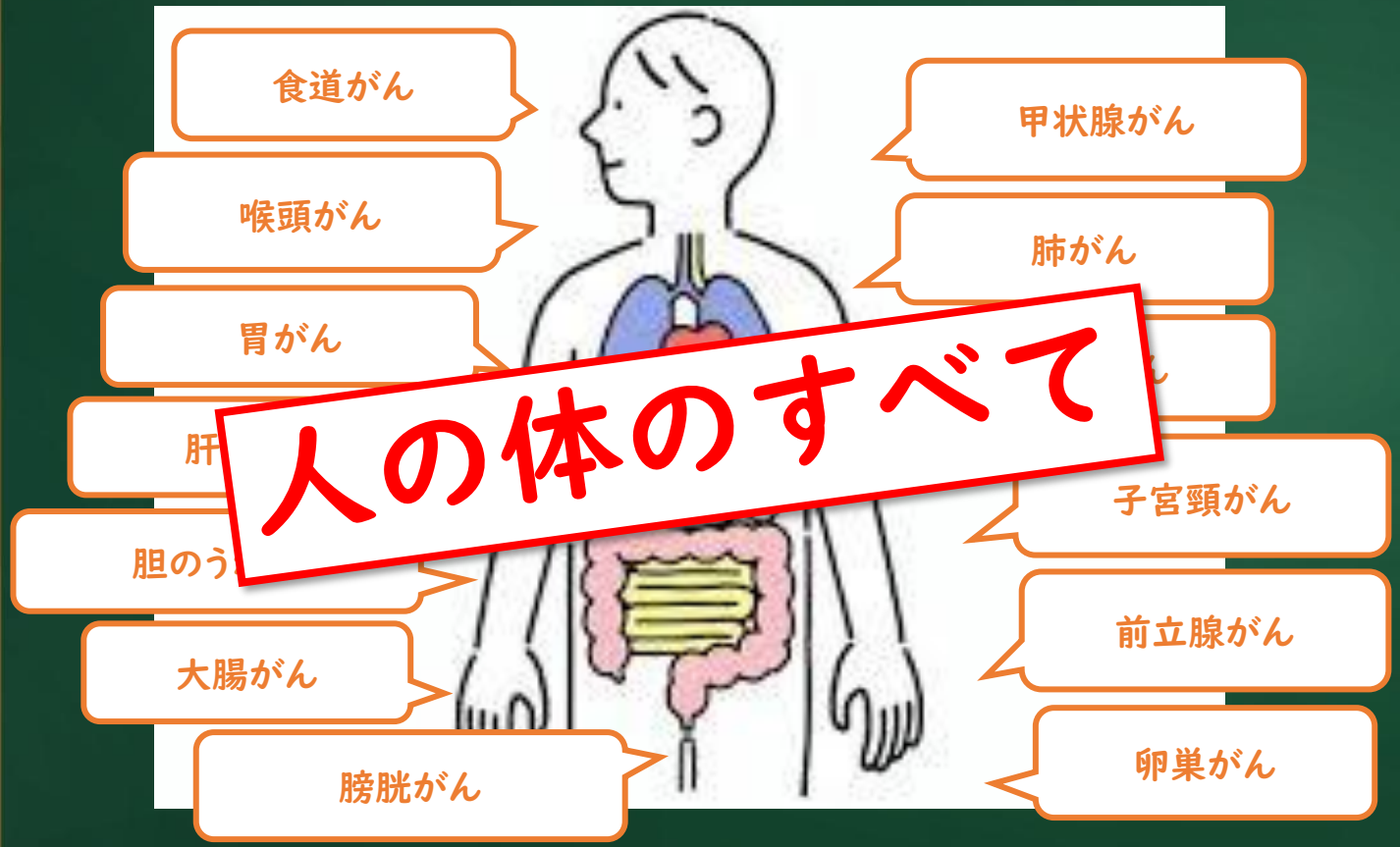
だれかからもらう病気ではない

がんは誰(だれ)かからもらう病気(びょうき)ではない



がんはコロナやインフルエンザウイルスの
ようにうつるものではない

がんの種類(しゅるい)は？



がんは色々(いろいろ)なところに
できる可能性(かのうせい)
がある

本日(ほんじつ)のお話(はなし)

- ✓ 自己紹介
- ✓ 「がん」ってどんな病気？
- ✓ がんを防(ふせ)ぐには？
- ✓ がんになっても自分らしく

令和八年十一月十日（火）日直 川平 正博



「がんの一次予防」

生活習慣の改善

一次予防



がんになるリスクを軽減する

Q. がんの原因は？

いろいろな原因が関係している

原因がはっきりしないことも多い

感染
(細菌・ウ

原因不明

遺伝的
(いでんてき)
原因

がんにならないようにできること

原因(げんいん)がわかっているものに対しては,できることがある

- 感染(かんせん)
  (細菌(さいきん)・ウイルス)
- 生活習慣(せいかつしゅうかん)
- 遺伝的(いでんてき)
  原因



がんにならないようにできること

たばこの煙(けむり)をすわない,お酒を飲みすぎない
バランスのいい食事をとる,適度(てきど)な運動(うんどう)をする

のぞましい生活習慣(せいかつしゅうかん)によりがんになる
危険性(きけんせい)を減(へ)らすことができる

がんにならないようにできること

原因(げんいん)がわかっているものに対しては,できることがある

感染(かんせん)
(細菌(さいきん)・ウイルス)

生活習慣(せいかつしゅうかん)

遺伝的(いでんてき)
原因

がんにならないようにできること

感染
(細菌・ウイルス)

- 咽頭がん ➡ EBウイルス・HPVウイルス
- 胃がん ➡ ヘリコバクター・ピロリ菌
- 肝臓がん ➡ 肝炎ウイルス(B型・C型)
- 子宮がん ➡ HPVウイルス

EBウイルス：エプスタイン・バール・ウイルス　HPVウイルス:ヒトパピローマウイルス



がんにならないようにできること

感染をふせぐ
菌やウイルスをやっつける

感染をふせぐワクチンや
菌やウイルスをやっける薬がある

がんにならないようにできること

がんになりやすい
体質(たいしつ)

がん検診(けんしん)
をうけることが大切(たいせつ)

「がんの二次予防」

早期発見
早期治療

二次予防



がん検診が中心

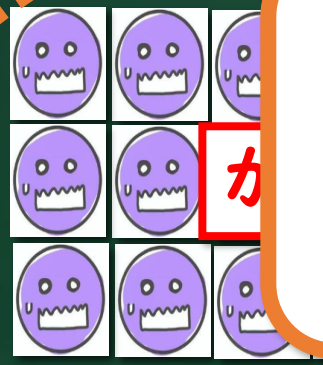
Q. がんになる人の割合（わりあい）は？

2人に1人



出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」最新がん統計

がんにならないようにできること



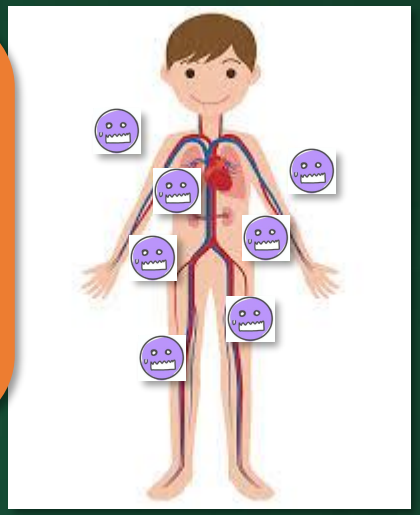


大人(おとな)になったら

がん検診(けんしん)をうける!!







全身に広がる

がんは**早期発見(そうきはっけん)**すれば,なおりやすい

がん検診(大人になってから)



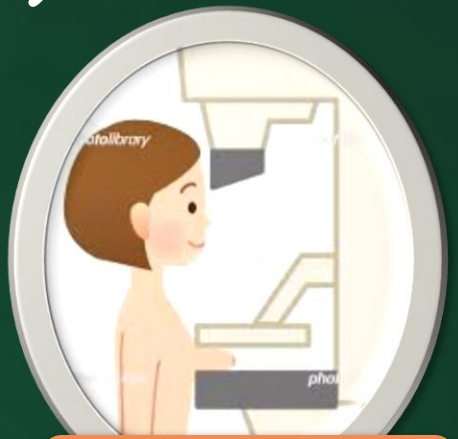
肺がん検診

40歳以上



大腸がん検診

40歳以上



乳がん検診

40歳以上



胃がん検診

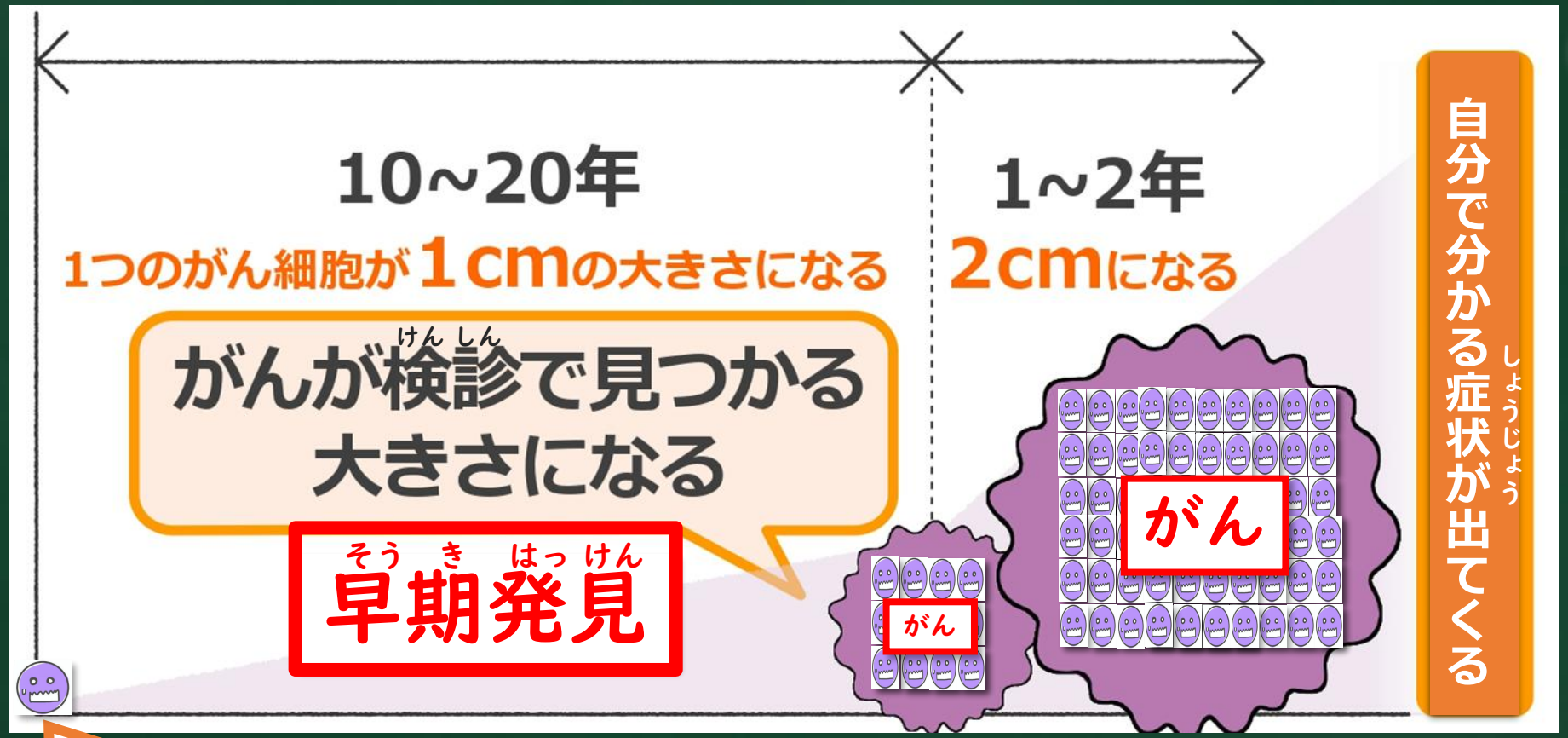
40-50歳以上



子宮けいがん検診

20歳以上

がんの成長（せいちょう）とがんに気づくまで



いたい

だるい

苦（くる）しい



がんはなかなか自分で気づきくい

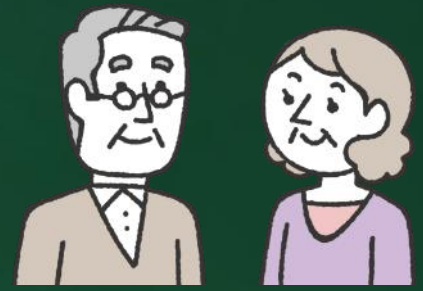
症状(しょうじょう)が出るまで(がんに気づくまで)に
がん検診(けんしん)をうける!!

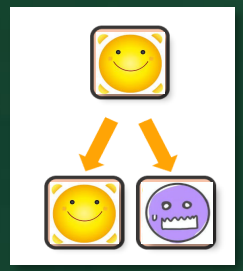
がんは大きくなるまで症状がないので
症状がなくても検診をうけましょう!!



年をとることもがんの原因のひとつ

年をとっていくと…



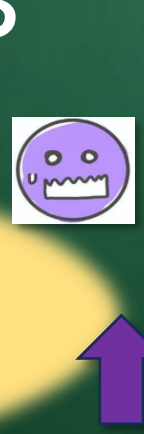


細胞分裂の回数が多くなる

異常な細胞が増えやすい

細胞を正常に保つはたらきが弱くなる

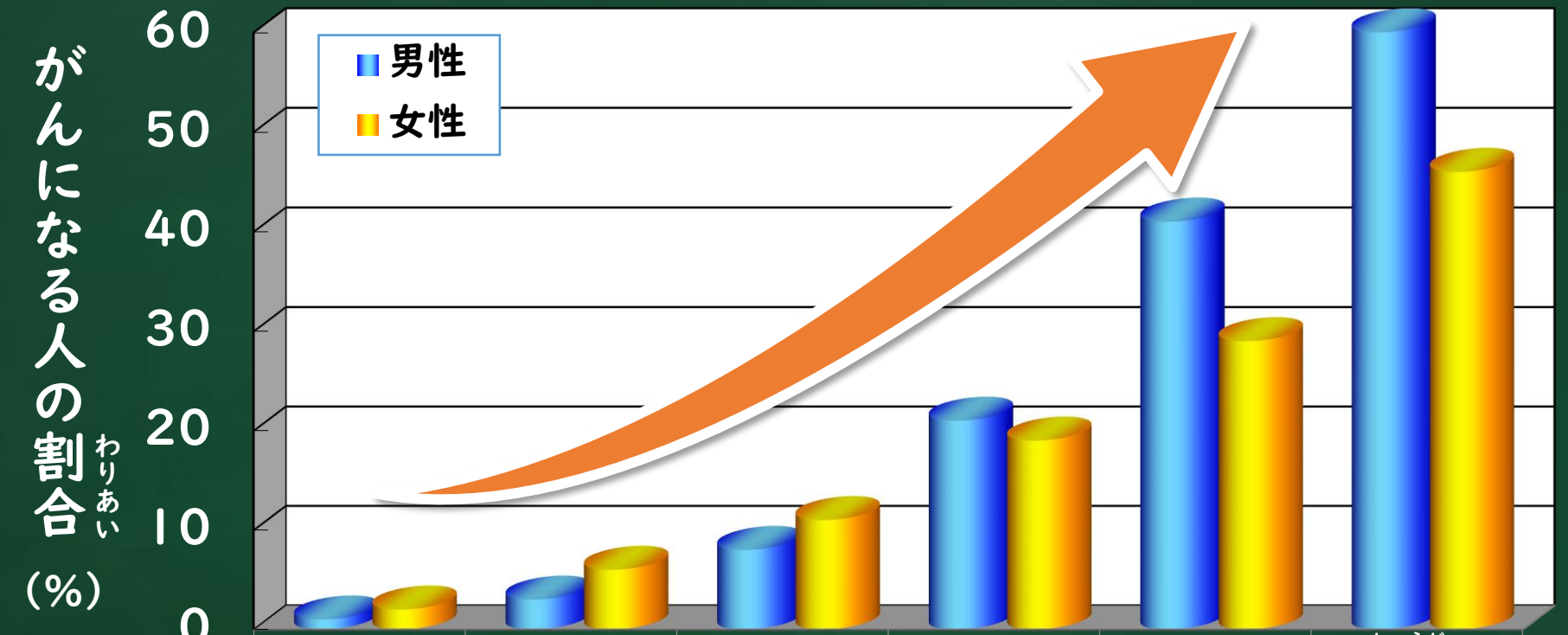






がんはだれもがなりうる病気

年をとることもがんの原因のひとつ



	～40歳	～50歳	～60歳	～70歳	～80歳	生涯	
男性	1	3	8	21	41	62	(%)
女性	2	6	11	19	29	46	(%)

資料：国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」(2013年データ)

ここまでのまとめ①

✓がんは体のあらゆる場所にできる可能性がある

✓がんの原因には生活習慣やウイルスなどがある

✓がんの原因はわからないものが多い



ここまでのまとめ ②

がんの予防(よぼう)に大切(たいせつ)なことは





✓ バランスのよい食事(しょくじ),適度(てきど)な運動(うんどう),
すきなものばかり食べすぎない,
たばこの煙(けむり)をすわない,お酒を飲みすぎない







ここまでのまとめ ③



がんの予防（よぼう）に大切なことは

✓ 大人になったらがん検診（けんしん）をうける

- ➢ がんは早く見つかればなおりやすい
- ➢ がんは大きくなるまで自分できづきくい

ここまでのまとめ④

✓予防(よぼう)や生活習慣(せいかつしゅうかん)に気(き)をつけていても,がんにはなる

誰(だれ)が悪(わる)いわけでもない



ここまでのまとめ⑤

- ✓ 日本人の２人に１人は,がんになる
- ✓ 年(とし)をとるにつれてがんになる割合(わりあい)は上(あ)がる

がんは誰(だれ)もがなる
ありふれた病気



ここまでのまとめ⑤

- ✓ 日本人の２人に１人は,がんになる
- ✓ 年(とし)をとるにつれてがんになる割合(わりあい)は上(あ)がる

がんと共(とも)に生(い)きる社会(しゃかい)

本日のお話

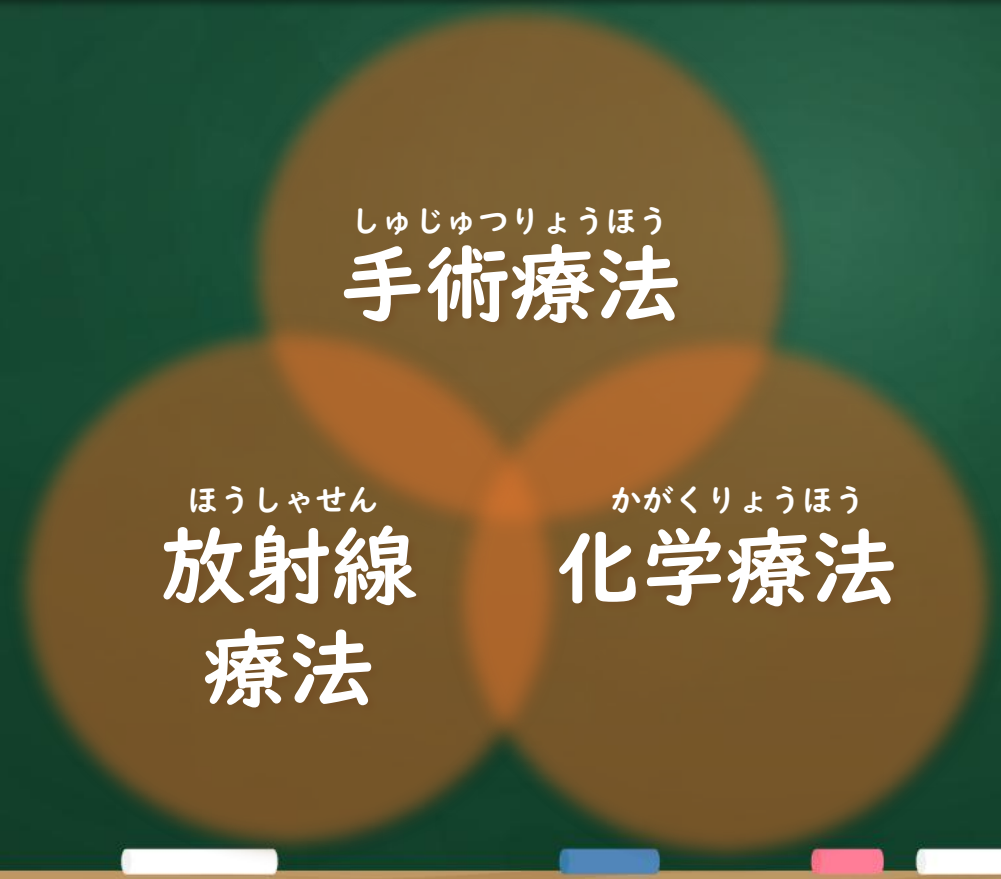
- ✓ 自己紹介
- ✓ 「がん」ってどんな病気？
- ✓ がんを防ぐには？
- ✓ がんになっても自分らしく

令和八年十一月十日（火）日直 川平 正博



がんの治療法は？

がんをたたく,3つの治療



手術療法

放射線療法

化学療法

がんの種類や状態で治療が決まる

手術療法（しゅじゅつりょうほう）

がんを切（き）ってとりのぞく

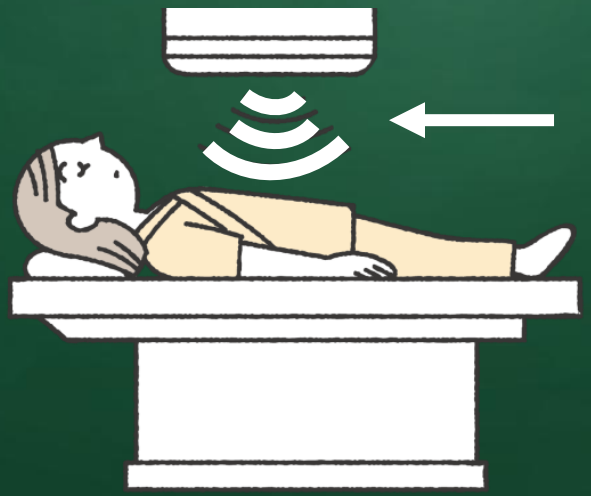






放射線療法

放射線(目には見えないエネルギーを持ったビーム)でがん細胞を焼き尽くす



化学療法

抗がん剤(こうがんざい)などのくすりで
がん細胞の増殖をおさえる



のみぐすり



注射(ちゅうしゃ)



点滴(てんてき)

がん患者さんのつらさ

体
いたみ
つらさ

- ✓ がんのある場所がいたい
- ✓ 治療の副作用(悪い影響)で
  だるい,はきけがある,いたい

心
いたみ
つらさ

- ✓ がんがこわくてねむれない
- ✓ 死ぬかもしれない



つらいのはがん患者さんだけではない

体
いたみ
つらさ

心
いたみ
つらさ



家族もつらい

がん患者さんだけでなく
ささえる**家族**にも
サポートが必要

緩和ケアとは？



患者さんとその家族に対して

病気に伴う体と心の

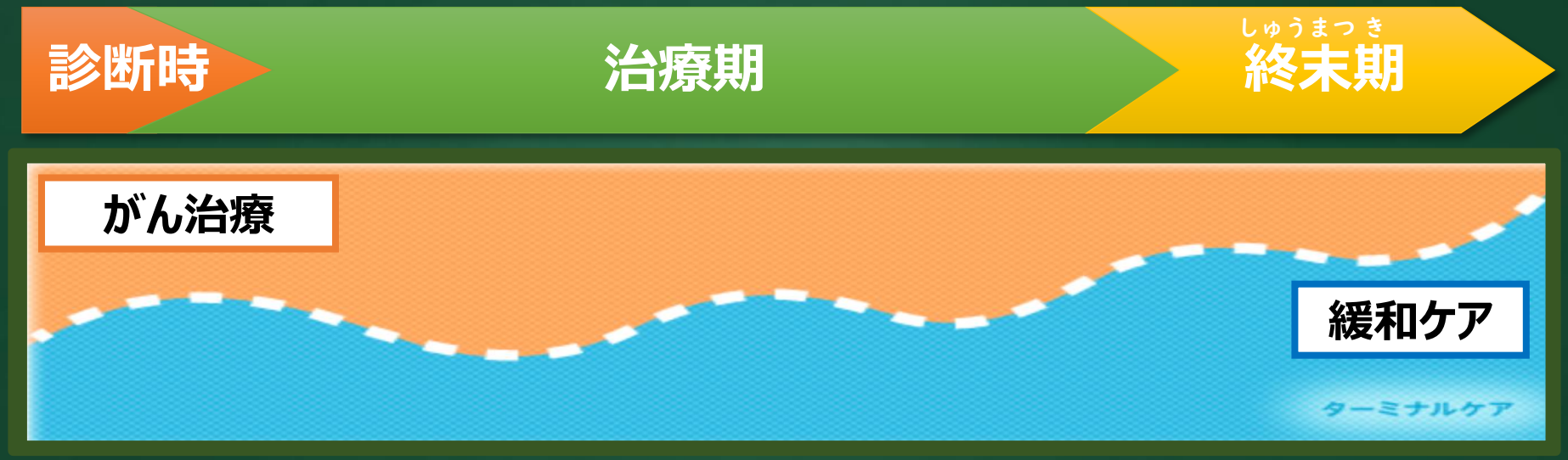
いたみ・つらさをやわらげるための治療

体
いたみ
つらさ

心
いたみ
つらさ

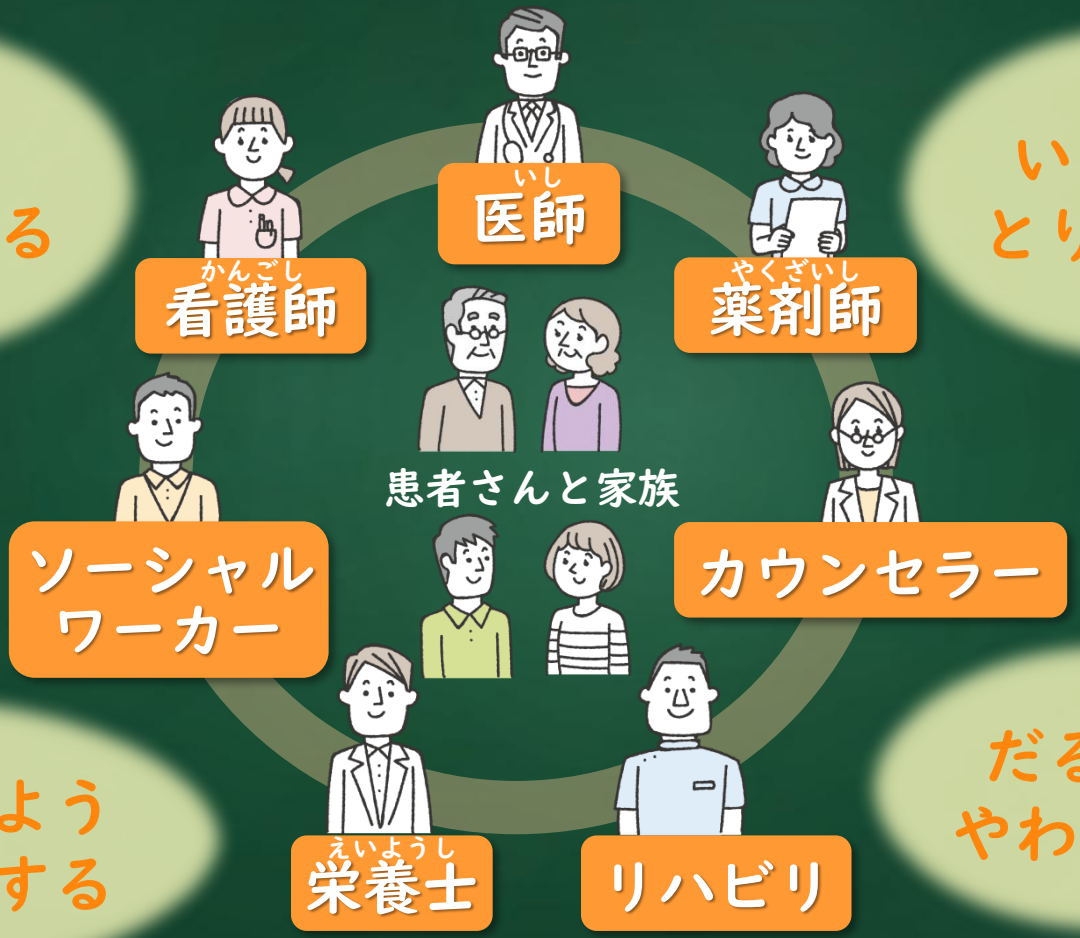
「診断時からの」緩和ケア





緩和ケアは,がんと診断された時から
がん治療といっしょにうけるケアです

緩和ケアは医療者みんなで行う



不安をやわらげる

いたみをとりのぞく

食べられるようにサポートする

だるさをやわらげる

緩和ケアの目標



一人一人の生き方が異なるように
がんへのむきあい方も人それぞれ



患者さんやその家族が自分らしく
生きられるようにささえること

Q. がんはなおる？
なおらないときはどうしたらいいの？

- ✓ がんは早い段階(だんかい)で発見(はっけん)すれば,なおりやすい

- ✓ なおらないがんもあるけど,がんになる前と同じように
  今まで通りふつうに自分らしくすごして,
  がんとうまく長くつきあっていくことはできる



「どんなときも緩和ケア」



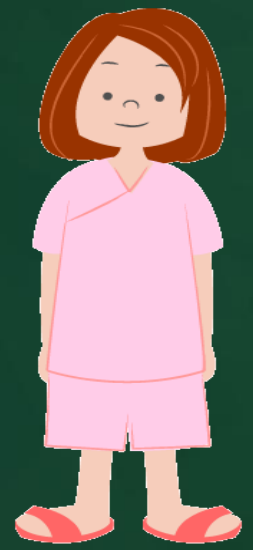
体
いたみ
つらさ

心
いたみ
つらさ



やわらげる

緩和ケア



がん患者さん

手術

放射線療法

化学療法

がんとうまく
長くつきあう

＝

「よい状態で
長生きする」

がんサバイバー

がんを経験(けいけん)しながら生きている
すべての人たち

治療前(ちりょうまえ)

治療中(ちりょうちゅう)

治療後(ちりょうご)



Q. なおらないときは どうしたらいいの？

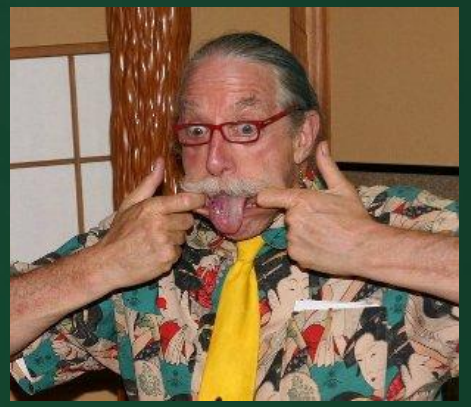
- ✓ たとえがんがなおらなくても,病院の人たち,家族,友達 みんなでその人をささえていけば,がんがなおらなくても その人は**しあわせ**になれます

がんがなおらなくても,**しあわせ**をめざして すごしてください





パッチ・アダムスの言葉（ことば）



健康（けんこう）とは「病気でないこと」ではない

病気があっても,しあわせであれば,その人は「健康」

病気がなくても,しあわせでなければ「健康」じゃない

「しあわせ」がいちばん大事（だいじ）！

高野利美 スライドより引用

がん患者さんの「しあわせ」ってなに？

「しあわせ」は一人(ひとり)ひとりでちがいます

でも,それをめざすために医療(いりょう)があります



高野利美 「がんとの向き合い方」より引用

本日(ほんじつ)のまとめ

- ✓ がんは誰(だれ)もがなる,ありふれた病気
- ✓ がんをふせぐためにできることはある
- ✓ がんになっても,ふつうに,自分らしく
  みんなでささえあい「しあわせ」をめざす



高野利美 スライドより引用

みんなに伝えたいこと

- ✓「がんにならないように」だけでなく，
  「誰もががんになるけど,がんになっても大丈夫な社会に」
- ✓「早く見つければなおる」だけでなく，
  「なおらないがんもあるけど,しあわせをめざすことが大切」
- ✓「がんは特別な病気」ではなく，
  「がんになっても,今までどおりふつうに」



高野利美 スライドより引用

みんなに伝えたいこと

✓「がんにならないように」だけでなく，
「誰もががんになるけど,がんになっても大丈夫な社会に」

がん治療と仕事の両立

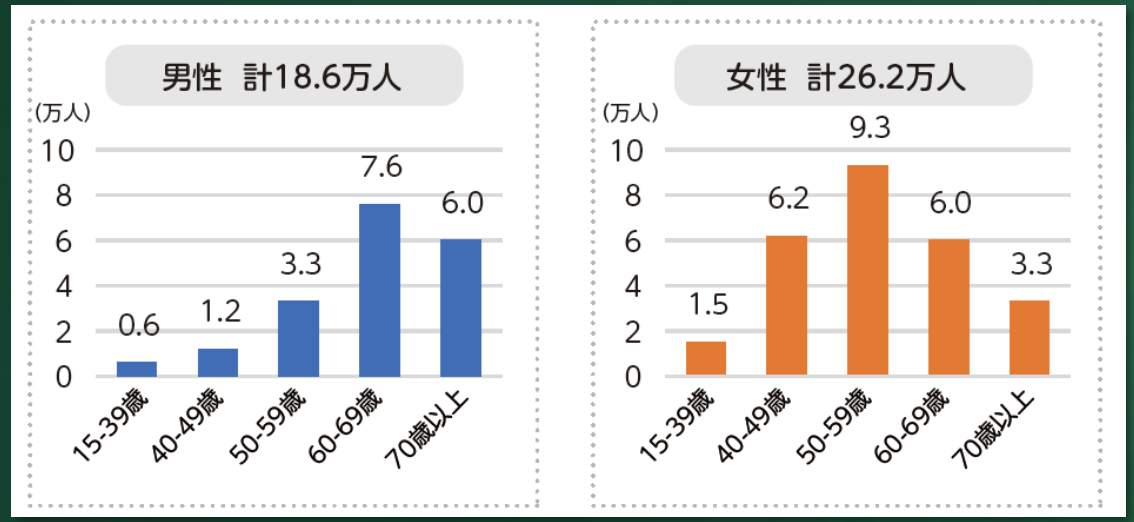


高野利美 スライドより引用

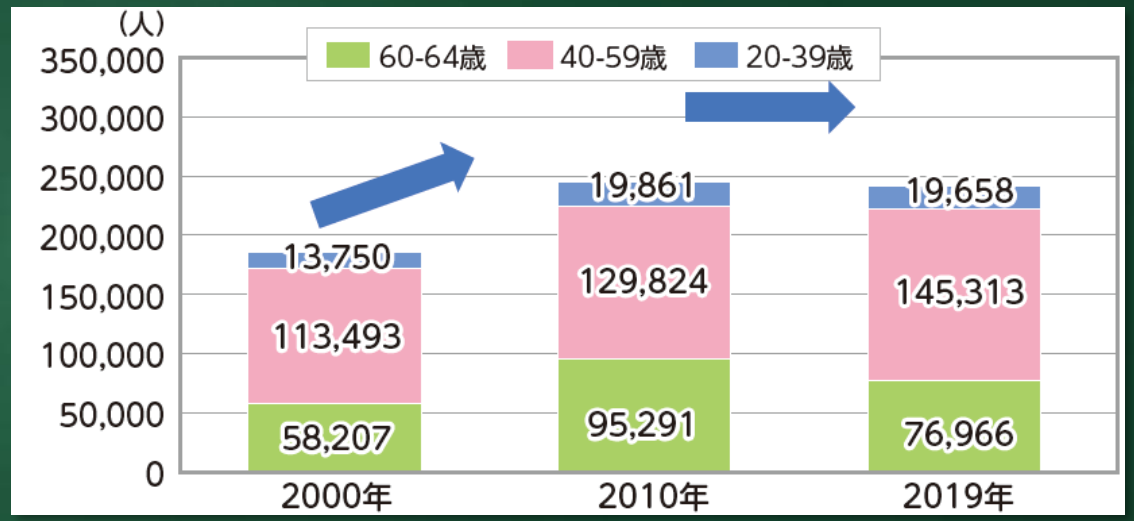
がん治療と仕事の両立

実際

仕事をしながらがん治療(通院)している人



働く世代のがん患者数の推移(すいい)



働く世代のがん患者数は**年々増加傾向**にあり
がん患者の**3人に1人は「働く世代」**が占めています

がんになった従業員の治療と仕事の両立支援サポートブック(東京都)より引用

がん治療と仕事の両立

問題点

がんと判明、会社対応に不安募り「居場所なさそう」　仕事の継続断念した女性　治療と仕事の両立課題

4/16(木) 17:03 配信　43

JIJI.COM 時事通信社



療養中の女性（イメージ）

「何だろう？これ」。兵庫県に住む会社員ゆうこさん＝仮名＝（50）は2024年7月、スキンケアをしていて、首にしこりがあるのに気付いた。深刻なものとは思わず訪れた病院で告げられたのは「がんの疑い」。突然の病に「これからどうなってしまうんだろう…」という思いでいっぱいになった。休職して治療を受けたが、会社の事務的な応対や上司の発言に復職への不安が募り、同じ会社で働き続ける意欲が失われていった。

【ひと目でわかる】両立支援を求めなかった理由は？

がんは日本人の2人に1人がなる病気とされ、働く世代が直面することも珍しくない。治療と仕事のはざまで悩んだゆうこさんの経験などを通して、病気を抱えながら働き続ける上での課題について考えた。（時事ドットコム取材班　川村碧）

◇つらさ「想像以上」、働き方に不安

① 経済的な問題

② 働き方の問題



③ 職場の相談先の問題

④ 職場の理解に関する問題



がんになった従業員の治療と仕事の両立支援サポートブック(東京都)より引用

みんなに伝えたいこと

✓「がんにならないように」だけでなく，
「誰もががんになるけど,がんになっても大丈夫な社会に」

がんを正しくこわがって
がん患者さんへの偏見をなくして
みんなでささえあうことが大切です



みんなに伝えたいこと



- 気のきいたことばをかけようとしなくてもいい
  大切なのは,相手をおもうこと



イラスト:さかいゆは

- しんどいときには手をさしのべる

- 大切な関係がかわるわけではないので,
  今までどおり,ふつうに接してください

高野利美 スライドより引用