

検索してね！

LOVE49

女性のからだケア BOOK

TAKE
FREE

まもる こと

2017



産婦人科医
宋美玄先生インタビュー

「結婚や出産
女性の大切な時期に
多いがんのこと」

20代からスタート！
すぐできる 検診Q&A



女性と赤ちゃんの命と向き合う、
産婦人科医の日々を描いたベストセラーコミック「コウノドリ」。
主人公・鴻鳥の「命をまもる」気持ちは、
私たちの「女性のからだをまもりたい」想いとつながっています。

子宮頸がん検診で
あなたの
体と未来を
守りましょう。



産婦人科医 宋美玄さん

産婦人科って、 妊娠した人だけが 行くところと 思っていないですか？

女性が最初に出会うがんといわれる子宮頸がん。
なぜ若い人に多いの？ 誰でもなるの？
お医者さんとの正しいつきあい方は？
テレビでもおなじみの宋美玄先生に聞きました。



性体験のある女性はみんな
子宮頸がんになる可能性が

みなさん、「子宮頸がん」と聞いても、ま
だピンと来ないかもしれないね。「がんな
んて歳をとった人になる病気。私は若いか
ら大丈夫」という感じでしょうか。

でも、実はこのがんではいちばん患者数が
多いのが、20代〜30代の若い女性なんです。

しかも最近、日本ではさらに低年齢化が
進んで問題になっていきます。今はほとんど
の自治体で20歳から子宮頸がん検診を受け
られますが、20歳になって案内が来て検診
を受けたら、すでにがんになっていたとい
うことだってあるんです。

その理由として考えられているのが、
セックスの初体験の低年齢化が進んだか
ら。そう、このがんになる原因のウイルス

は性交渉によって感染するのです。

子宮頸がんができるのは、みなさんのお腹
の中。場所は赤ちゃんが宿る臓器である「子
宮」の入り口周辺です。ここで「ヒトパピ
ローマウイルス（HPV）」というウイルスに
感染した細胞が変化して、がんになります。

といっても、ウイルス感染そのものはめ
ずらしいことではないんです。性体験のあ
る女性の8割が、生涯に一度は感染すると

いわれているほどありふれたこと。

感染しても9割の人はもともと持って
いる免疫作用でウイルスを排除します。
問題は残りの1割です。

感染してから、がんになるまででは5〜
10年かかります。つまり、初体験が15歳
だったら5年後は20歳になっています。
高校生や大学生だったら20代から30代前
半くらいでしょうか。



病院へ行っただけで見つかったら、すでに
かなり症状が進行しているということも多
いのです。

子宮頸がんの最終的な治療は子宮を摘出
することです。結婚や出産といった人生の
大切なことを考える時期と、治療の時期が
重なることが、子宮頸がんの増加が問題と
されるいちばんの理由なのです。

生理の相談だけで 産婦人科に行ってもいい

幸いなことに子宮頸がん自体は、発見が
早ければそれほど怖い病気ではありません。
初期なら簡単な手術で治療でき、子宮
を取る必要はありません。もちろん将来子
どもを産むこともできます。

だからこそ若い人に、定期的な検診の大
切さを知ってほしいのですが……日本の子
宮頸がん検診の受診率は、約4割。外国で
は7割、8割が当たり前ですから、まだま

だ低いのです。

とはいえ、産婦人科に行ったことのない
若い女性が、がん検診のためだけに受診す
るのはハードルが高いかもしれません。

そこでおすすみたいのが、検診だから
行くのではなく、ふだんから産婦人科に行っ
てみましょう、ということ。産婦人科は、
妊娠したら行くところと思っていませ
んか？ 本当はそんなことないんです。

たとえばすべての女性にとって身近な
「月経」。あなたは、生理前の不調や生理痛
で困っていませんか。自分の月経周期は不
順かも、と思ったことはないですか。

その不調や生理不順には、将来子どもが
できにくくなる原因がひそんでいるかもしれ
ません。そんな相談のために、産婦人科
に行ってみてほしいのです。

もし医師と話して、この先生はあまり好
まじやないなあと思ったら、他の病院に行
きましょう。何でも気軽に話せる、あなた

に合う医師はきっといます。ぜひ探して仲
良くなってください。

子どもを産むときのために 体のケアをしてあげて

海外では、初潮がきたら産婦人科に行
き、セックスを経験したら子宮頸がん検診
を受けるといふ国もあるそうです。

日本もそんなふうにならなければ産婦
人科が当たり前になったら、子宮頸がん
だけでなく、つらい生理痛や不妊症に悩む
人も減ることでしょう。

あなたは、今はまだ子どもなんて……と
思っているかもしれませんが。結局は産まな
い選択をするかもしれない。

でも将来、いざ子どもがほしいと思っ
たときに「産めない」のはつらいことです。
そうならないためにも、今からあなたの体
を大切に、きちんとケアしてあげてほ
しいのです。

社会人として仕事がおもしろくなってき
た、そろそろ結婚しようかな、子どもがほ
しい……。そんなことを考えるようになる
年ごろです。

残念ながら、子宮頸がんには自覚症状
がほとんどありません。だから体調不良で

”

産婦人科医と
仲良くなって
あなたの大切な体を
ケアしてください

“

MIHYON SON



宋美玄

1976年兵庫県生まれ。大阪大学医
学部を卒業後、イギリス留学を経て
産婦人科医に。ふたりの子どもを出
産した後も現役の医師であり、女性
誌の連載やテレビのコメンテーター
としても活躍中。『女のカラダ、悩
みの9割は眉唾』（講談社+a新書）
など、著書多数。

まもること

contents

- インタビュー
産婦人科医 宋美玄さん 2
- インタビュー
ミュージシャン 笛田さおりさん 4
- 子宮頸がんってどんな病気？ 6
- からだのコラム
女性健康科学者 本田由佳さん 10
- Medical Guide 11
- 子宮頸がん予防ニュース 14

アートディレクション・デザイン/利根川 裕 (PLOW)
編集/小野千賀子 カバーイラスト/鈴木木ユウ

Her Story is

子宮頸がん経験者インタビュー

自分の将来から “子ども”が 消えるのかな、って 考えました。

さめざめ

ふえだ
笛田さおりさん (ミュージシャン)

ミュージシャンとしてメジャーデビュー直後に
子宮頸がんとわかった笛田さおりさん。
いまは自分の体験を公表、たくさんの女性に
検診の大切さを知ってほしいと願っています。



笛田さんの子宮頸がんヒストリー

- | | |
|---------|--|
| 1982年 | 神奈川県鎌倉市に生まれる。 |
| 2013年1月 | 1週間の不正出血があり、近所の婦人科を受診。検査の結果、子宮頸がんの可能性が告げられる。 |
| 2月 | 神奈川県立がんセンターで再度検査を受け、「早期の子宮頸がん」と診断される。 |
| 3月 | 2泊3日で入院・手術。その後、1カ月間自宅療養。 |
| 5月 | 音楽誌のインタビューで闘病経験を告白。 |
| 2015年春～ | 2年間の経過観察後、通院治療終了。現在は定期的に検診を受けている。 |

たまたま医師にすすめられ 受けた検査でがん診断

——がんが見つかった経緯は？

「31歳になったばかりのときです。前年の秋に念願のメジャーデビューをして、夏に出すアルバムに向けて忙しい日々を送っていたところ。1週間ほど不正出血があったんですが、初めはストレスのせいだろうと思っていました。でも、それまで不正出血なんて経験がなかったし、ここで体調を崩すわけにはいかないと思い、近所の婦人科を受診しました。」

そこで先生から「ついでに子宮頸がんの検査もしましょう」と言われたんです。

子宮頸がんという病気は知りませんでした。が、せっかくだからと軽い気持ちで検査したら「子宮頸がんかもしれません」と。すぐがんセンターで再検査を受けると、早期でしたが、やはり子宮頸がんでした。不正出血とは無関係と言われたので、がんの自覚症状はなかったということ。——**診断が出るまでの気持ちは？**

「がんだったらどうしようという不安と、それでもどんだんライブや仕事のスケジュール、自分の将来から子ども、という要素が消えるのかな、と考えたこともありです。最終的な診断が出るまでの1カ月くらいは、本当に不安でした。」

**入院は「2泊3日」と言われ
ちょっと拍子抜けしました**

——**どのような治療をしたのですか。退院後の生活は？**

「円錐切除」という手術です。患部の写真を見せてもらいながら手術の説明を受け、「2泊3日で大丈夫ですよ」と言われたときはちょっと拍子抜けでしたが（笑）。簡単な手術とはいえ体の一部を切るわけですから、大事をとって1カ月間、自宅療養しました。といってもライブはキャンセルしましたが、打ち合わせや自宅作業は続

けていましたし、痛みも服薬もなかったので、申し訳ないくらい、闘病してるイメージはなかったですね。

その後もしばらく経過観察のため通院しました。2年たったところで先生に「もう大丈夫。あとは年に一度の検診を受けてください」と言われました。以来、年に一度の検診は必ず行っています。先日も近所のクリニックで受けてきました。

——**その後、子宮頸がんになったことを公にしましたね。**

「病気のことを調べるうちに、子宮頸がんのウイルスは性交渉で感染するため、なにかと勘違いされやすい病気と知ったんです。でも、私は、さめざめ、というアーティスト名で、性のことも真正面から歌ってきました。だからこそ、自分の体験を通して女性に伝えられることがあると思いい、公表を決意したんです。すると「実は私も……」と打ち明けてくる女性が増えましたね。」

いま、改めて思うのは、不安な気持ちがあるのに「私は大丈夫」と、検診を受けたい人があまりにも多いこと。たまたま婦人科に行つてがんが見つかった私はラッキーでしたが、みんなどうして検診も受けないのに「私は大丈夫」と言えるのかな？

5年後、10年後も元気な自分のために、メイクよりも検診を大切にしてほしいです。

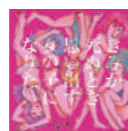
あなたがいま、
本当に子宮頸がんでないかどうかは
検診を受けないとわかりません。
自分の人生ともかわる
からだのことだから、
きちんと検査を受けるのは、
着飾ることより大切です。



Saori Fueda

Profile

音楽家、文筆家、作詞家。2009年ソロプロジェクト「さめざめ」始動。恋愛や性のことも大胆に表現する個性的な作品で、同世代女性の共感を集める。写真左は最新ep『きみが死ぬとき思い出す女の子になりたい』。ニュー・ミニアルバム6月にリリース！ <http://samezame-official.com/>



Q 症状が出てから病院に行けばいいのでは？

A 子宮頸がんには自覚症状がありません。

子宮頸がんはほとんどの場合、自覚症状がないのが特徴です。だから性器からの出血やおりものの異常といった症状で病院に行ったら、手術ができないほど進行していたというケースが少なくありません。でも、早期発見できれば、ごく簡単な手術で治すことができます。だからこそ、定期的な検診での早期発見が大切なのです。

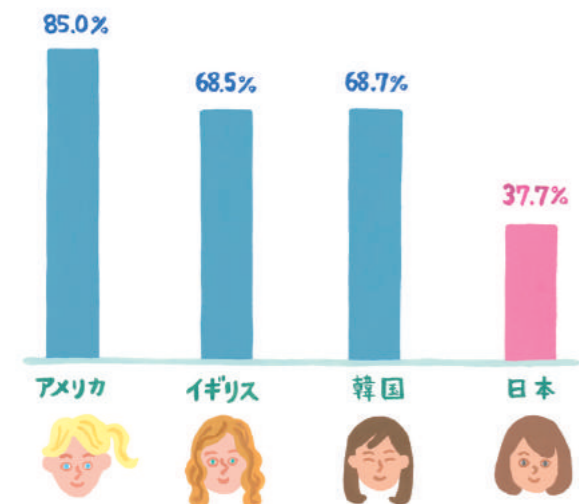


Q 検診は何歳から受ければいいの？

A セックスを経験したら、何歳でも受けてください。

HPVはセックスで感染するといいました。つまり、セックスの経験がある人なら何歳でも受けてください。いま日本の子宮頸がんの検診受診率は4割ほど。2007年は24.5%だったので、かなり増えているものの、欧米をはじめとする諸外国が7割、8割になっているのに比べると、まだまだ受診している女性は少ないのです。

各国の女性の子宮頸がん検診受診の割合



OECD, OECD Health Data 2013, June 2013

Q ワクチン接種を受けたら検診は不要では？

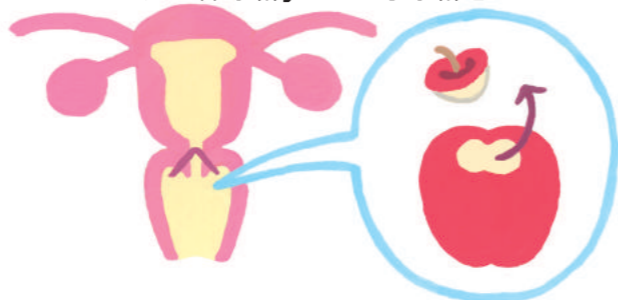
A ワクチン接種をしても検診は必要です。



Q 子宮頸がんになったら、どんな治療をするの？

A 早期なら簡単な手術で治ります。

「円錐切除手術」はこんな手術です！



円錐切除手術は、りんごのヘタをくり抜くように、子宮頸部を円錐状に切り取ります。日帰り手術でできる場合もあり、費用は数万円です。

がんになる一歩手前のことを「前がん状態」と呼びます。これには「軽度・中等度・高度」の3段階があります。「軽度」なら治療はせず、経過をみます。「高度」になると、約2割がんに進行する可能性があるため、子宮の入り口を少しだけ切除する「円錐切除手術」を行います。

これで、ほぼ100%治すことができます。もちろん妊娠、出産もできます。

HPVには、インフルエンザのA型やB型のようにいくつかの型があり、それぞれが子宮頸がんの原因になる可能性があります。しかしワクチンによって予防できるのは、発症の70%に関与するタイプだけ。またワクチンの効力は、一生は続かないので、ワクチン接種をしたからといって安心はできません。だから定期検診が必要なのです。

教えてくれる人



日本臨床細胞学会細胞検査士会
会長 伊藤 仁先生
採取された細胞から、いち早く異常を見つけるのが細胞検査士。がん発見のエキスパートです。

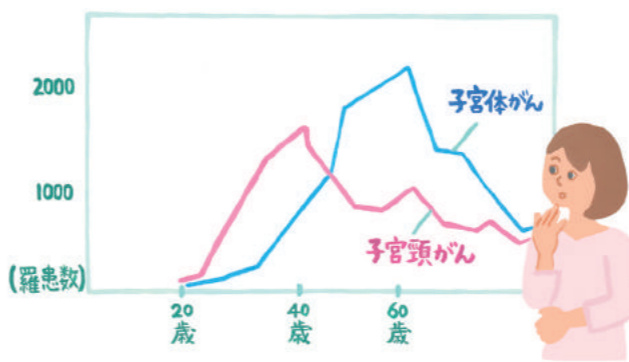
Q 歳をとった人がなる病気では？

A 20代～30代の女性に多いがんです。

以前は年配女性に多かったのですが、いまは20代～30代でいちばん多くなっています。ピークは30代ですが、20代でなる人も珍しくありません。

発がんの原因となるHPVは、セックスの経験があるほとんどの女性が、一生に1度は感染するとされています。しかし感染してもがんになる人は一部。ただし、子宮頸がんになった人に共通していることがあります。それは約7割の人が、検診を受けていなかったということ。だから定期的な検診を受けることが大切なのです。

子宮頸がんと子宮体がんの年齢別患者数



国立がん研究センターがん対策情報センター「年齢階級別罹患率」(2012年)を元に作成。

Q HPV(ヒトパピローマウイルス)ってどんなウイルス？

A 人間にとってはありふれたウイルスです。

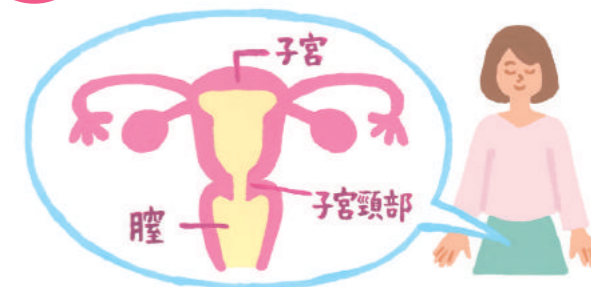
子宮頸がんの原因になるHPVは、特別なウイルスではありません。男性にも感染している人がいて、それがセックスによってうつるのです。ただし約9割の人は免疫によって自然に排除されますが、約1割の人でウイルスが残ります。そのウイルスに感染した細胞が、がん細胞に変化するのです。ただし、前がん状態になっても、ウイルスが排除されれば、また正常な細胞に戻ります。

子宮頸がんのこと、知ってる？

若い女性に増えているといわれる子宮頸がん。けれど検診で早めに発見すれば、簡単な治療で治るがんです。なぜがんになり、なぜ若い女性が注意する必要があるのか、ここではそんな基本的なことを知ってください。

Q 子宮頸がんはどこにできるの？

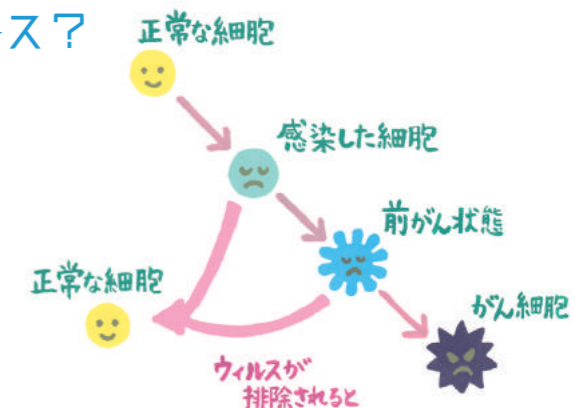
A 子宮の入り口にできるがんです。



子宮頸がんができるのは、子宮の入り口あたりの「子宮頸部」と呼ばれるところ。ここが「HPV(ヒトパピローマウイルス)」というウイルスに感染すると、感染した細胞が少しずつ変化して、数年～10年かけてがん細胞になります。

ただし子宮頸がんは、定期検診を受けていれば、がんになる前にほぼ100%発見でき、早期に治療できます。

ちなみに子宮頸部より奥の「子宮内膜」にできるものは「子宮体がん(子宮内膜がん)」です。子宮頸がんと子宮体がんを合わせて「子宮がん」と呼びます。



伊藤先生から
みなさんに



全国7500人の細胞検査士が、あなたのからだを守ります！

私たち「細胞検査士」の仕事は、みなさんの細胞が健康か、病気になっていないかをチェックすること。すべての子宮頸がん検診はもちろん、肺がんなどの検査にも関わっています。がん細胞は正常な細胞に比べると、変な形をしていることが多いのですが、がんの種類によって形もさまざまなので、診断には私たちの経験がものを言うことも。みんな、いち早くがんを見つけようと、毎日真剣に細胞と向き合っています。

4

結果を知る

病院や婦人科クリニックで検査したら、10日くらいたってから結果を聞きに行きます。健診施設などで検査した場合は、2週間～1カ月後に結果が郵送されてきます。もし「再検査が必要」とあったら、すぐに近所の婦人科を受診してください。検査結果をよく確認しなかったり、見ないで放っておくようなことは、絶対にしないでください。



3

検診に行く

一般的な検診は「問診」→「視診」→「細胞診」の順に行います。問診では最近の月経周期、生理痛があるかどうか、月経血の量などの質問に答えます。次に着替えて視診。膈内にクスコといわれる専用の器具を入れて子宮頸部を観察し、異常がないか確認します。細胞診は、視診と同時にブラシやヘラで子宮頸部を優しくこすり、細胞を採取。ほとんど痛みはなく、数分で終わるほど簡単ですよ。

Point 2

服装はスカートが便利。

「視診」では下着を脱いで内診台に上がります。このときはひざにかけられるタオル1枚になります。ふんわりしたスカートをはいていくと便利です。



2

予約する

検診の場合は、ふつうの病気のように行ってすぐ受診できることはなく、予約が必要です。たいていの病院や健診機関では「予約は2～3週間前までに」とされています。また、生理のときは正確な診断ができないので、検診できません。次の生理がいつごろになるか、カレンダーとつきあわせながら予約してくださいね。

Point 1

生理の日は避けましょう。

生理のときは正確な検査ができません。また、検診の前日に、ビデで洗浄すると子宮付近の皮膚を傷つける可能性があるため、避けてください。



1

検診の場所を選ぶ

厚生省は20歳から2年に1回の子宮頸がん検診を推奨しているため、20歳になると自治体から検診の案内が届きます。また、職場の健康診断でオプションで受けられることも多いので、そんな機会をぜひ活用してください。

もちろん個人的に婦人科で受けることもできます。受診できる場所がわからなければ、保健所でも教えてくれます。



毎回検査で「異常なし」。 検診は不要では？

HPVは本当によくあるウイルスなので、別のパートナーとのセックスでうつる可能性は十分あります。また、細胞診で異常がなくても、今はまだがんが発展していないから見つからないのかも……。定期的な検診が必要といわれるのはこうした理由から。いつも異常なしだから大丈夫と思わないで！ 今年も大丈夫で良かったと思えるよう、定期的に検診を受けてください。

HPV検査で陽性と言われたら？

性交渉の経験がある女性の8割が、生涯に一度は感染するというHPVですから、陽性と言われただけでは病気ではありません。ただし、ウイルスに感染しているわけですから、将来がんになる可能性はあるということ。今は細胞診で異常なしといわれても、来年、それともその次の検査で異常が見つかる可能性も!? だからこそ、定期的な検診で経過を観察することが大切なのです。

検査には「細胞診」と 「HPV検査」があります。

「細胞診」では、子宮頸部から採取した細胞に特殊な染色をして、がん細胞や異常な細胞がないか顕微鏡で調べます。一方、HPVが細胞からいなくなっているか調べるのが「HPV検査」です。子宮頸がん検診では細胞診だけ行うのが一般的ですが、HPV検査と一緒に行うことで、将来のがんの可能性も分かります。HPV検査は30歳以上の方に推奨されています。

自費で検診したら、いくらかかる？

住民健診や職場の健診で受ける場合の検査費用は、無料から2,000円程度。でも個人的に病院や施設で受ける場合は、基本的に自己負担になります。場所によって料金が異なり、数千円で済むところもあれば、他の検査もセットで1万円を超えることも。安いから信頼できないということも、高いからいいということもありません。料金だけでなく検査の内容なども確かめたくて予約しましょう。

女性のからだを守って50余年 温かい人柄に母娘2代の患者さんも

聖順会 ジュノ・ヴェスタ クリニック八田



**さまざまなアイデアで
検診の大切さを伝えていきたい**

やさしく微笑むのは、千葉県松戸市の産婦人科「ジュノ・ヴェスタクリニック八田」の八田賢明先生です。

団地ができたばかりの見知らぬ土地に「新しい街には産婦人科医が絶対に必要と、恩師に勧められたのがきっかけで」開業。このクリニックでたくさん赤ちゃんと生まれ、大人になってからも、先生のもとに通う人は少なくありません。

そんな八田先生が長年考えていたのが「どうしたら若い人に子宮頸がん検診を受けてもらえるか」ということ。

そして数年前、市の教育委員として初め

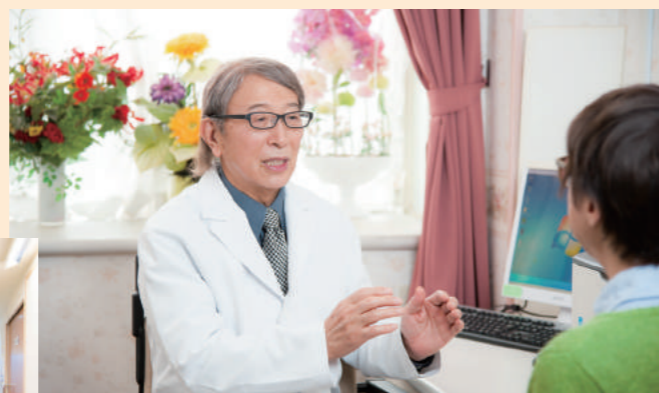
て参列した成人式で、あるアイデアがひらめきました。

「こんなに大勢の若い女の人が集まる場所を利用しない手はない」

さっそく以前から交流のあった子宮頸がんを考える市民の会の協力で、検診の啓発パンフレットを作製。市にも働きかけ、全国に先駆けて成人式での配布を始めました。

「ただ検診に行きなさい」と言っても効果はありませんが、なぜ自分に関係あるかを知れば検診の大切さがわかる。おかげで松戸市の受診率はぐんと上昇。それも20代の若い女性が受けるようになったのです」

細胞診の精度の向上やHPV検査との併用など、ほかにも八田先生の努力と進言で取り入れられたことも多いそうです。



Data

聖順会 ジュノ・ヴェスタ クリニック八田

☎ 047-385-3281

📍 千葉県松戸市牧の原2-92

🌐 <http://juno-vesta-clinic-hatta.net/>



ここに注目!

ジュノ・ヴェスタ クリニック八田では、カウンセリングにも力を入れています。いきなり診察や検診を受けるのが不安だったら、まずは相談だけでもしては?



その過激なダイエット、 将来の妊娠しにくさに つながるかも!?

若いころのダイエット経験をきっかけに、女性の健康に関心を持つようになったという本田さん。将来、子どもが欲しくなってから悩まないための「プレコンセプション(受胎前)・ケア」を提唱しています。

健康的で美しいカラダは ちよい太め!

若い女性に基礎体温を測ったことがあるか聞くと「ある」というのは100人に1人か、せいぜい2人。「基礎体温ってナニ?」という人も少なくありません。

基礎体温を測ると、実はあなたが「赤ちゃんができていくからだ」かどうかわかるんです。

月経が始まってから2週間くらいが「低温期」。そして排卵がきてからの2週間くらいが「高温期」。これが正常な月経のサイクルです。

でも、ずっと低温期が続く人は、月経があっても無排卵の可能性が。赤ちゃんができていくからだかもしれないということです。

ところで、月経には興味がないけど、ダイエットは気になるのでは? 日本では20代~30代の女性の4人に1人が「BMI(※)18・5以下」のやせ型といわれていますが、さらに体脂肪率17%の「やせ過ぎ」になると、無排卵や無排卵の可能性が高くなります。そんな「やせ過ぎ」体型の女性の卵子の量を調べると、20代でも50代くらいのレベルまで減っていることもあるんです。

さらに最近の調査で、筋肉の量と

月経の関係もわかってきました。体脂肪率が低くても、筋肉量があれば月経異常は起きにくいのです。いちばんいけないのが、体脂肪も筋肉量も低い状態です。

食事を極端に減らすと、女性ホルモンの材料である体脂肪が減り、月経不順になりやすくなります。さらに肌や髪もボロボロに。

それでもダイエットを続けると、骨や筋肉から栄養やエネルギーを使うようになりやすくなります。その結果、骨が弱くなると骨粗鬆症、筋肉が減れば、やせているのに体脂肪率が高い「隠れ肥満」に...と、まさに悪循環。

正常な月経のための理想のボディは「体脂肪率22・0~28・9%」。ちょっと太め?と思うかもしれませんが、せめて22%は目指してください。また、適度な運動や日光浴、バランスのいい食事、筋肉や骨を強くすることも大切です。

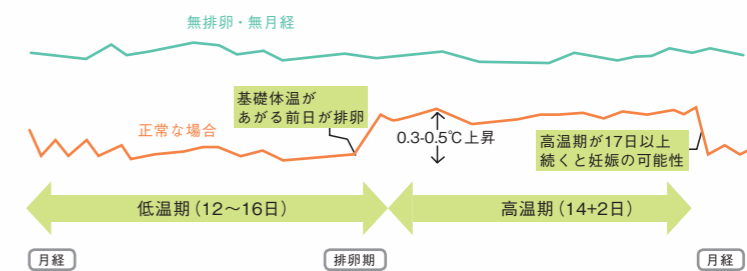
このように将来の妊娠・出産を見すえて、若いうちからコンディションを整える「プレコンセプション・ケア」を呼びかける医療機関が増えてきました。「バランスのいい食事と運動なんて聞きあきた」と思うかもしれませんが、将来のあなたの健康や赤ちゃんのため、ダイエットの前にちょっと思い出してください。

美ボディ作りの3つのポイント

- ♥ 理想のボディは「体脂肪率22.0~28.9%」ヤセすぎNG!
- ♥ 1食の炭水化物、タンパク質は「にぎりこぶし1個分ずつ」を目安に
- ♥ 1日15分は太陽を浴びよう! ビタミンD不足の骨粗鬆症を防いで

※BMI (Body Mass Index) : 体格指数

基礎体温の変化



正常な月経(3~7日)では、排卵を境に基礎体温が上昇。しかし無排卵月経では、ほとんど上下しません。(慶應義塾大学製作・監修「BEAUTY&HEALTH DIARY」を元に作成)



上/婦人科医師は女性医師3名を含む5名(写真は犬村峯夫先生)。医師・スタッフが一体となって迎えます。下/細胞検査士と医師が検討を重ねて診断します。



Data

📍 東京都千代田区飯田橋3-6-5
 🚗 JR中央・総武線「飯田橋駅」下車、徒歩1分。東京メトロ有楽町線・南北線・東西線、都営地下鉄大江戸線「飯田橋駅」A2出口すぐ
 📞 子宮頸がん検診は婦人健診フロアで受付(要予約)。一般的な内診、細胞診に加え、より精度の高いコルポスコプ診、経膈超音波検査のセットで10,550円(税別)。
 ☎️ お問い合わせ…03-5210-6645
 🌐 <http://www.genkiplaza.or.jp>

飯田橋

医療法人社団 ころとからだの元気プラザ

都内屈指の健診設備を誇る「ころとからだの元気プラザ」。4階が女性ドックと検診のフロア、6階も婦人健診フロア。スタッフも女性なので、男性の目を気にせず健診や人間ドックを受けられます。

また、女性特有の病気に特化したメニューが多いのもうれしいポイント。「子宮

頸がん検診」では、一般的な内診や細胞診に加え、コルポスコプ診や経膈超音波検査など4つの検査を組み合わせ、より精度の高い診断を行っています。

さらに「婦人科相談コーナー」も開設。経験豊富な看護師が、所見などについての不安や疑問に答えてくれますよ。

ポイント

医師と細胞検査士のW体制で安心

同じ施設内に細胞検査専門の部門がある、しっかりした検査体制。医師と細胞検査士が密接に話し合い、より正確な診断をしてくれます。



上/明るく清潔感のあるレディースフロア。2016年にリニューアルし、女性エリアをさらに拡充しました。下/女性スタッフが笑顔でお出迎えます。

Data

📍 東京都文京区小石川1-12-16 TGビル
 🚗 都営地下鉄三田線、大江戸線「春日駅」下車、徒歩1分
 ☎️ ご予約専用…03-3816-5840 お問い合わせ専用…03-3816-5841
 🌐 <http://www.kasuga-clinic.com/gaiyou/>

春日

医療法人社団 同友会 春日クリニック

年間12万人以上が健診に訪れる同友会春日クリニックは、健康診断や精密検査だけでなく健康相談や診療までをサポートする総合健康管理施設。都営三田線「春日駅」から徒歩1分とアクセス便利で、周辺は東京ドームや石川啄木など文人ゆかりの観光名所、美味しいランチのお店もある人気エリアです。女性が

リラックスして健診を受けられる「女性専用フロア」や「女性エリア」などの設備も充実、ベテランスタッフが親切に対応します。家族や友人と一緒に受診する方やクチコミで来院される方も多く、女性向け雑誌でも取り上げられたことも。健康診断は電話とウェブによる完全予約制です。

ポイント

女性専用フロアで、スタッフも全員女性

フロアは男女別。女性用フロアはスタッフや検査技師も全員女性だから、リラックスして過ごせます。



左/まるでバーカウンターのような採血室。下/女性専用の待合室。2010年、健診施設としては初めてグッドデザイン賞を受賞しました。



Data

📍 東京都台東区根岸2-19-19
 🚗 JR「日暮里駅」「鶯谷駅」下車、徒歩6分
 📞 乳房超音波検査・マンモグラフィ・腫瘍マーカー2種のセットで10,800円(税込)。※基本の検査申し込みが別途必要です。
 ☎️ お問い合わせ…03-3873-9161
 🌐 <http://www.tsk-uguisudani.jp>

日暮里&鶯谷

医療法人社団 せいおう会 鶯谷健診センター

まるでホテルのようなインテリアで女性を迎えてくれる「鶯谷健診センター」。座り心地のいいソファや、ほんのり香るアロマが検査に臨む不安をやわらげます。人間ドックでは検査結果が出るまでの時間を、ゆったり過ごせる専用ラウンジでヘルシーなハーフサラダプレートやお弁当の楽しみも。

基本の検査に加え、当日申し込める「レディースオプション」でからだのチェックを。子宮頸がん検診だけでなく、感染症や骨密度、更年期障害など検査項目はいろいろ。乳がん検査や腫瘍マーカーを組み合わせたお得な「セット」もおすすです。予約はネットから簡単できます。

ポイント

ゆったり過ごせる全席指定席制の待合室

受診者ひとりひとりに指定席が用意され、アテンダントが次の検査を案内してくれるので、初めての人もスムーズに受診できます。



検診車が全国各地の会場を巡回しています。

一般社団法人 全国健康増進協議会

<http://www.zenkenkyo.net/>

- 公益財団法人 北海道労働保健管理協会
- 一般財団法人 社の都産業保健会
- 医療法人社団 同友会
- 一般社団法人 新潟県労働衛生医学協会
- 社会福祉法人 聖隷福祉事業団
- 一般財団法人 愛知健康増進財団
- 一般財団法人 京都工場保健会
- 一般財団法人 淳風会
- 公益財団法人 福岡労働衛生研究所

全国

一般社団法人 全国健康増進協議会

「忙しくて健診が受けられない」「男性と一緒に受診には抵抗がある」といった女性の悩みを解決してくれるのが、一般社団法人全国健康増進協会が提供する「巡回レディース健診」です。この健診は、高品質な健康管理サービスの提供を目的に、全国の大手9健診機関が共同で展開する

養配偶者(主婦)を中心に年間4万人近い方が受診しており、その信頼は絶大。生活習慣病健診に乳がん・子宮がん検診を組み合わせ受診できる健診会場が47都道府県で合計1,700か所も!一部の会場では託児サービスも行われているので、子育て中のママも安心です。

ポイント

巡回検診車が近所に来るからラクに受けられる!

レディース健診は年間で1700回以上開催されています。レディース健診は健康保険組合との契約が必要です。個人での申し込みはできません。

「子宮頸がんを考える市民の会」が生まれた理由、そして目指していることは……

私たちのNPOが設立してから12年過ぎました。検診受診率は少し上がったようですが、設立当初の目標である、他の先進国並みに70%を超えること、まだまだです。日本から始まった子宮頸がん検診が、なぜか世界に取り残されてしまっている状況であることはあまり知られていません。先日参加した勉強会では、日米を比較すると、日本の女性の方が人口比で2倍も子宮頸がんによる死者数が多いと聞き、愕然としました。こんな社会状況を一緒に変えていきましょう。声を上げましょう。よろしく願いいたします。

認定NPO法人「子宮頸がんを考える市民の会」の歩み

- 2004年冬 若者に増え続ける子宮頸がんの問題を社会に伝えるために発足。
- 2006年 毎年4月9日を「子宮頸がんを予防する日、子宮の日」として制定。
- 2009年 「LOVE49プロジェクト」として街頭啓発活動を全国の細胞検査士と共にスタート。テレビ・雑誌など多くのメディアに、このユニークな活動が取り上げられている。
- 2010年 行政担当者・議員を対象にした、検診率向上を目指す勉強会を全国で開催。
- 2012年 「全国主要都市子宮頸がん予防対策実態調査（子宮頸がん予防白書）」を専門家と共に調査・発表。
- 2014年10月 「認定NPO法人」として、東京都より承認される。
- 2015年3月 超党派国会議員連盟「乳がん・子宮頸がん検診促進議員連盟」の応援団として事務局を務める。



私たちが作りました

国際色豊かな学生さんたちと渡部理事長（写真右）。

東京デザイナー学院で映像を学ぶ学生のみなさんや、理事長・渡部の友人でもあるプロのCGアニメーターの全面的な協力を得て制作を進めてきた私たちの会のプロモーションビデオが完成しました。実話をもとに、私たちがどのような思いで活動してきたのか。そしてひとりでも多くの支援の輪が広がれば……。そんな思いを込めた作品です。HPから、ぜひご覧ください。

まもること2017表紙『コウノドリ』新刊が発売中！

「まもること2017」の表紙を飾った、マンガ『コウノドリ』。シリーズ累計350万部のメガヒット作品の最新刊⑦が絶賛発売中。離島医療編が収録されています！



©鈴ノ木ユウ / 講談社

プロモーションビデオ、完成しました！



2016年11月30日、会長の野田聖子議員と議員連盟役員メンバーと議連応援団で、塩崎厚生労働大臣に要望書を提出しました。



熱心に要望書の内容に耳を傾ける塩崎大臣。

乳がん・子宮頸がん検診促進議員連盟

- 会長 野田聖子
- 副会長 西村智奈美
- 副会長 高木美智代
- 副会長 伊東信久
- 副会長 高橋千鶴子
- 副会長 三原じゅん子
- 事務局長 業師すみちよ

※将来の乳がん・子宮頸がん検診のあり方を考える超党派の国会議員連盟です。

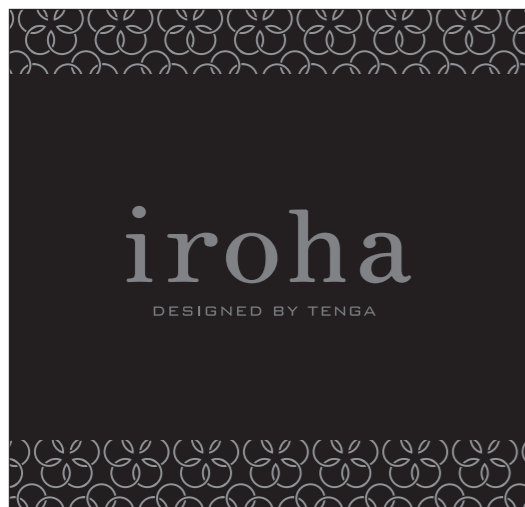
地域や職場で、もっと女性のがん検診を進めたい！ 塩崎厚生労働大臣に要望書を提出しました

もっと女性たちに子宮頸がんの検診を受けてほしい。そのためには、国のバックアップが必要不可欠です。こうした熱意から、超党派の国会議員で設立されたのが「乳がん・子宮頸がん検診促進議員連盟」。会長は、野田聖子衆議院議員です。

子宮頸がんを考える市民の会理事長の渡部も、議連応援団の共同代表として、設立から運営サポートまで中心となって携わってきました。

そして昨年は、乳がん・子宮頸がんの対策を早急に整えるべく、議員連盟と応援団の連名で要望書をまとめ、塩崎厚生労働大臣に提出しました。

提出前の勉強会で、「(からだや性の話を)隠したい女性の気持ちを忘れてはいけない」とあいさつした野田会長。その思いは「女性の視点に寄り添ったがん検診の普及」などとして、今回の要望書に盛り込まれています。女性の中から命を守るため、今後さまざまな形で社会に働きかけていきます。



irohaは、女性の「気持ちよさ」について真っすぐに考えたセルフプレジャー・アイテムです。女性を使うものだから、どこまでも女性の視点で。今までになかった、女性に寄り添う心地よさをお届けします。

<https://iroha-tenga.com/>



私たちは、LOVE49プロジェクトを応援しています。



まもること 2017年

【発行人】認定NPO法人子宮頸がんを考える市民の会内 LOVE49プロジェクト実行委員会 <http://love49.org/>
 理事長 渡部享宏 〒170-0005 東京都豊島区南大塚3-36-7 南大塚T&Tビル6F TEL 03-6672-6926(月～金 10:00～18:00)
 【協力】株式会社大丸松坂屋百貨店 【広告協力】株式会社からだにいいこと

おりものシートを使っているなら、

今すぐ 布ライナーを 試してみてください！

デリケートゾーンのムレやかぶれ、
おりものシートが原因かもしれません



—— 布ライナーなら、 ——

むれない

通気性がいいので、
いつもお肌サラサラ

冷えない

下着を重ね着するのと
同じだから、あたたかい

かぶれない

むれないから
肌トラブルなし

洗濯も簡単

ほかの下着と
一緒に洗濯機でOK

送料無料 2枚でほぼ半額の、お得なセットをご用意しています！

今すぐ布ライナー

検索



Sunny Days

布ナプキンと洗剤の専門店 Sunny Days (サニーデイズ)

お問い合わせ 通話料無料 0120-141-275 (平日 10時～18時)

私たちは
LOVE49
キャンペーンを
応援しています

サラヤ株式会社
地球洗い隊
株式会社キアゲン
ロシュ・ダイアグノスティクス株式会社
医療法人産育会堀病院
聖順会ジュノ・ヴェスタクリニック八田
松浪硝子工業株式会社
医療法人社団同友会
一般社団法人全国健康増進協議会
医療法人社団せいおう会鷺谷健診センター
医療法人社団こころからだの元気プラザ
株式会社 TENGA
サンスタジオ

アズサイエンス株式会社
一般社団法人日本臨床衛生検査技師会
一般社団法人長崎県臨床検査技師会
株式会社東京セントラルパソロジーラボラトリー
日本フィットネスヨーガ協会
細胞検査士会
株式会社福山臨床検査センター
株式会社大丸松坂屋百貨店
公益財団法人ちば県民保健予防財団
日本最大級の人間ドック・健診予約サイト「マーズ」
株式会社からだにいいこと
ホロジックジャパン株式会社
吉田恵

(順不同/敬称略)

LOVE49 ←検索してね！