



健康（がん）コース

正しく知ろう がん対策
～あわてる前に備えておこう～

日本人の死因第1位は「がん」です。がんとは具体的にどのような病気なのか、どのように予防・治療するのかを、正しく理解するための機会をもうけました。

熊本県内のがんの状況を統計データでみるとともに、がんの特性や検診の重要性、最新の治療法、緩和ケア等について学習。さらに、実際にがんを患った人の体験談にも耳を傾け、がんと正しく向き合うための知識、心構えを身に付けました。

第1回

がんを知る
～熊本県の現状と取組～

熊本県健康づくり推進課
主幹
中村 千里 氏

前半は「のぼそう！健康寿命」を掲げて、生活習慣病の特徴や、県の施策に基づく予防策を紹介。後半は県におけるがんの現状について説明した後、検診受診の大切さを強調した。



第2回

がんの予防・健診
～がんの備えは大丈夫？～

熊本県総合保健センター
副所長
村上 晴彦 氏

がんという病気をよく知り、がんを予防するには検診を受診することが大切であることを説明し、がん検診を行うことで、死亡率が減少している現状を紹介した。



第3回

がん治療の今
～最新がん医療 がん克服に向けて～

熊本大学病院
がんセンター・外来化学療法センター
センター長
野坂 生郷 氏

がんの治療にさまざまな薬剤が開発され、選択肢が広がっている中、がん免疫療法においては免疫チェック阻害薬が多くのがん腫で使用できるようになったことを説明した。



第4回

緩和ケアって何？
～生活、痛み、心について～

熊本大学病院
緩和ケアセンター
センター長
吉武 淳 氏

緩和ケアの背景にある国の基本計画から、緩和ケアが、がん等の末期に施されるものではなく、病気に伴う心と体の痛みを和らげるケアであることを解説した。



第5回

「がんサバイバー」に学ぶ
～がんと向き合い、前に進む～

タレント
えみりー 氏

多発性骨髄腫と診断され、現在も治療している立場から、病気を知り、それを公表した経緯などを話し、家族をはじめ大勢の人々に支えられた経験をもとに自身も人とつながり、周りの人々を元気にしたいと語った。



「健康（がん）コース」の講義風景

第1回では県が展開する「くまもとスマートライフプロジェクト」の健康寿命をのばすための6つのアクションも紹介された



受講生の感想

- ・がんに対する現状、取組について知識を得ることができた。生活習慣を見直し改善していきたい。
- ・明日がくるのがあたり前とと思っていましたが、考えをかえ、毎日を明るくすごすことを心がけたいと思います。
- ・「健康」という文字に興味があり、特に（がん）とありました。結果的に全回興味あるお話が聞けたので良かったです。