



# 『健康は、 結局は自分。』

～がん経験者が伝えたいこと～

え な か た だ た か

**江中 忠孝さん**

(61歳・会社員)

今までにがんを3回経験。15年前に腎臓がん、8年前に膀胱がん、3年前に膀胱がんが肺に転移。治療が済んだ現在も、定期的な検査を受けながら、がんについての正しい知識を拡げるための活動にご尽力されています。

★江中さんへのご意見・ご相談等は、

☎ 090-1337-7440

✉ enaka0922@outlook.jp

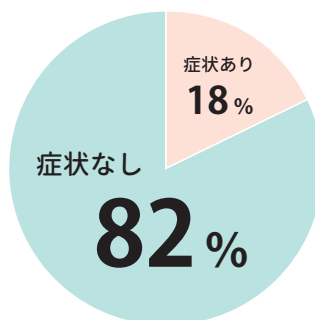
がんで死亡する人のうち、一番多いがんは「肺がん」です。

市の肺がん検診で「がんまたはがんの疑いがある」と判明した人のうち、

**約8割** は咳や痰が続くなどの  
自覚症状はありませんでした。

この度、がん検診の大切さについて、経験者である江中 忠孝さんにお話を伺いました。

市の肺がん検診で、がん又はがんの疑いがあると判明した人の症状の有無



出典：平成 27～31 年度 防府市肺がん検診データ



### ◆ がんという診断をうけた時…

(工藤) がんという診断を受けた時どうでしたか？

(江中さん) 頭が真っ白になって、「嘘でしょ」と。そして「いつまで生きられるんだろう」と。そのころがんについての正しい知識がありませんから、余計ショックが大きかったです。

(工藤) がんになったことで、仕事や家庭で何か影響や変化はありましたか。

(江中さん) 仕事面では、長いときは丸々一年会社を休みましたが、職場の理解があったので助かりました。家庭内においては、家族が支えてくれましたね。妻の「かかったものは仕方がないよね。それより今から何ができるか考えよう。」という前向きな言葉に救われました。

がんの経験はつらいものですが、かかったからこそ気づいた価値・感謝の心もあります。



### ◆ 向上しない防府市の受診率

(江中さん) 日本のがん検診受診率は先進国のなかで最低レベルです。そのなかでも防府市の受診率が特に低いことは非常に残念です。

(工藤) 受診率を上げるためにこれまでも啓発してきましたが、なかなか向上していないのが現状です。

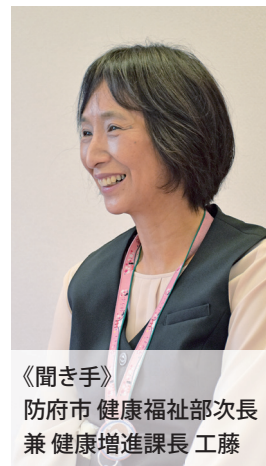
(江中さん) 受診した方がいいということを皆さん頭ではわかっているのですが、行く暇がない・お金がかかるなど、何かと理由をつけて行動に移せていません。でも自分の命・健康・一生のことという意識さえ持てれば、定期的な受診に結びつくはずなんです。

### ◆ 「早期発見、早期治療」これに尽きます

(工藤) がん検診を「定期的に」受けるというのが大切なことですよね。

(江中さん) がんが小さいうちは、たいいてい自覚症状がありません。何か調子が悪いなと思ったときには、ステージが進んでいることが多いのです。だからこそ、早期発見のための「1・2年に一回」の定期的ながん検診が必要なんです。

市の検診で発見できるがんのうちの多くは、ステージ1だと5年生存率が90%以上ですが、ステージ4になると一気に下がってしまいます(例：胃がん…10%未満)。一番見つけなきゃいけないときに受診していないと、取り返しがつかなくなるという怖さを知ってほしいですね。



《聞き手》  
防府市 健康福祉部次長  
兼 健康増進課長 工藤

### ◆ 防府市民全員が検診を受診されることが、私の目標です

(江中さん) がん治療は大きな苦痛を伴います。そんな経験誰もしたくない。いきなりお医者さんから「あなたはステージ4です。」と言われるのは本当にきついですよ。早く受診すればよかったと、後悔してもしきれません。皆さんにはそうならないでほしいんです。

そのためには、「健康は、結局は自分。」という認識をしっかりと持っていただきたい。まずは生活習慣の改善(一次予防)をして、そしてがん検診(二次予防)を毎年受けましょう。検診を受けることで、自分と家族の未来を守ることができます。ぜひ周りの人とがんについて話し合ってみてください。

多くの人にがんについて正しい知識を持ってもらい、防府市の皆さん全員が、がん検診を受診されることが私の目標です。