

ピンクリボンイベント “ぴんくりぼ〜ん”

開催報告書

開催日：2022年10月29日（土曜日）

会場：群馬県桐生市織姫町2-5 桐生市市民文化会館 第1会議研修室



マンモグラフィトレーニングスクール

新井敏子 瀬尾清克

健康運動指導士 加藤美奈子

ピンクリボンイベント“ピンくりぼ〜ん”開催報告

1. はじめに

マンモグラフィトレーニングスクールは2020年7月のオープン以来、桐生市末広町において、一般の方への乳がんや乳がん検診の啓発、乳がん検診や診療にあたる医療従事者に対しての教育を行ってまいりました。また、群馬県の「群馬県がん対策連携企業」に登録し、がん検診の普及啓発も行ってまいりました。

今回、桐生市在住の健康運動指導士 加藤美奈子さんの発案によりピンクリボン月間である10月にイベントを企画いたしました。加藤さんは従妹を乳がんで亡くされており、ご自分の持っている健康運動指導士やフィットネス講師の資格を通して、乳がんの啓発を行う事により、乳がんで亡くなる方を少しでも少なくしたいとの強い思いがあり、当スクールに協力の要請があり共催開催となりました。

当初、加藤美奈子さんによるフィットネスと乳がんの啓発とのコラボで開催を予定しておりましたが、加藤さんの体調不良、開催3日前になっての入院ということもあり、ヨガインストラクター渡邊宏佳さんをお願いして、ヨガとのコラボに変更、加藤さんの当日担当部分は新井が代行というかたちで開催となりました。

2. ピンクリボンイベント“ピンくりぼ〜ん”の内容

- 1) 開催日：2022年10月29日（土曜日） 9：30～11：45
- 2) 場所：群馬県桐生市織姫町2-5 桐生市市民文化会館 第1会議研修室
- 3) 対象：一般市民の方
- 4) 参加費：無料
- 5) 主催：健康運動指導士 加藤美奈子
マンモグラフィトレーニングスクール 瀬尾清克・新井敏子
- 6) 後援：群馬県/株式会社桐生タイムス社/ぐんまマンモグラフィ向上委員会/神梅館/
株式会社アンカー/PLUS+アンカー/医療法人かがやき おおたブレストクリニック/キヤノンメディカルシステムズ株式会社/富士フイルムメディカル株式会社 前橋営業所/コニカミノルタジャパン株式会社/GEヘルスケア・ジャパン/
TSメディカルサポート
- 7) 協力：受付ならびに模擬乳房でしこりに触れてみる体験の指導
ぐんまマンモグラフィ向上委員会診療放射線技師 長島純子・野村香苗・木村潤子
恵愛堂病院診療放射線技師 丸山志津代

8) プログラム

受付 9:10～ 9:30

- 9:30 開会のご挨拶：健康運動指導士 加藤美奈子
代行 マンモグラフィトレーニングスクール 新井敏子
- 9:40～10:40 「心と体のバランスをヨガで整えよう」(体験)
講 師：ヨガインストラクター 渡邊宏佳 (神梅館代表)
- 10:45～11:30 「乳がんを早く見つけるブレスト・アウェアネス」 (講演)
講 師：診療放射線技師 新井敏子
- 11:30～11:45 「セルフチェックで乳房の変化に気づきましょう」
講 師:健康運動指導士 加藤美奈子 (体験)
代行 マンモグラフィトレーニングスクール 新井敏子

9) 内容：健康や乳がんに対しての意識付けのため参加者でのヨガを実施、乳がんやマンモグラフィに関する講演、パンフレットの配布、乳房セルフチェックのレクチャー、模擬乳房でしこりに触れてみる体験 等

10) 参加人数：25名 (参加申し込み 31名 キャンセル 8名 当日参加 2名)
他 ヨガ講師 1名・マンモグラフィトレーニングスクール 2名
メディア取材 (上毛新聞社・桐生タイムス・光ネットケーブルテレビ)

11) 参加者に対する感染・安全への対応

- ・当日会場となる桐生市市民文化会館において発熱の有無の確認
- ・受付時の受付票にワクチンの接種回数と、当日の体調について記入
- ・アルコール除菌のスプレーやウェットティッシュを用意
- ・参加者のケガ等に対応するため障害担保契約 団体傷害保険

12) 物品提供：参加者へ配布

群馬県：群馬県のがんサポートブック、がん検診受診勧奨パンフレット
キヤノンメディカルシステムズ株式会社：がん検診ガイドブック
富士フィルムメディカル株式会社 前橋営業所：アルコールクロス
大塚製薬：ポカリスウェット
ぐんまマンモグラフィ向上委員会：ピンクリボンのチャーム
はなひかり (大沼良子)：ぐんまちゃんのピンクリボンバッジ
マンモグラフィトレーニングスクール：ブレスト・アウェアネスのパンフレット

13) 開催にあたりかかった費用

会場費（桐生市市民文化会館への支払） 第一会議研修室使用料 3520 円 プロジェクター 2200 円 マイクロフォン 1650 円	7370 円
ヨガ講師料	10000 円
団体傷害保険	1440 円
チラシ印刷代	2580 円
リストバンド（ピンク）	599 円
コピー代	500 円
会議費	10000 円
計	32489 円

費用に関しては主催の加藤美奈子とマンモグラフィトレーニングスクールで負担

3. 当日の記録







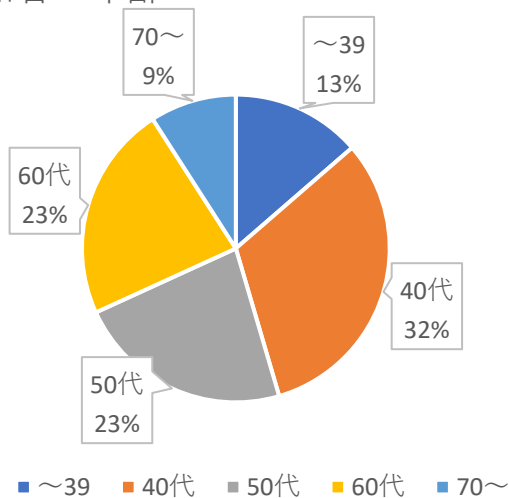
4. アンケートから

<参加者アンケート：配布24 回収22 (回収率92%)>

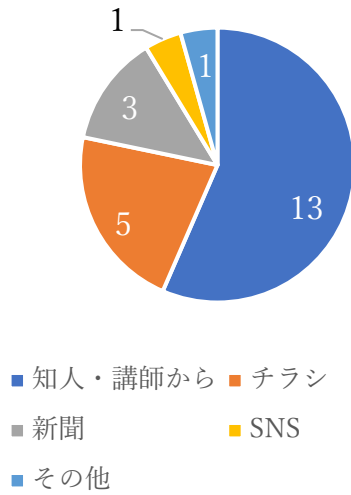
今回のアンケートから、ヨガとのコラボで乳がんの啓発を行ったことが、参加者の方に高く評価され、満足度の高いイベントであったと思われます。ヨガははじめてという方が大多数にもかかわらず、このように評価が高かったのは、インストラクターの渡邊先生のご指導で、心とからだのストレスが軽くなり、その状態で乳がんやマンモグラフィ、ブレスト・アウェアネスの話を聞いていただいたということもあるのではないかと思います。

イベント参加者のうち、40歳～69歳が78%と、乳がんの罹患の多い年代の方に多く参加いただけたことは乳がん検診の啓発をという目的にも合致してよかったと思いますが、若い年代の参加者が少ないのは残念でした。また、桐生市在住の参加者が半数に届かなかったので、もう少し桐生市内の女性に対して参加者の勧誘や呼びかけが必要と感じました。

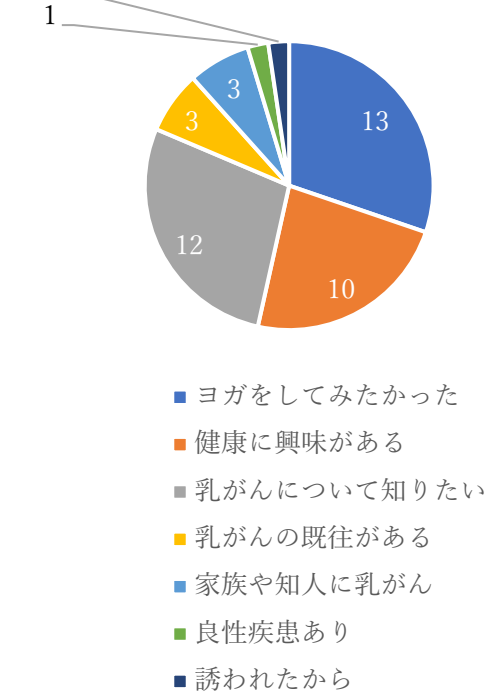
参加者の年齢



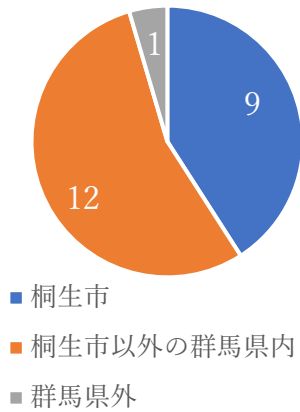
イベントを何で知りましたか？



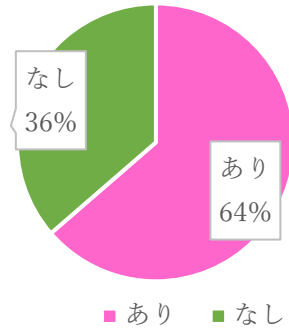
参加のきっかけ



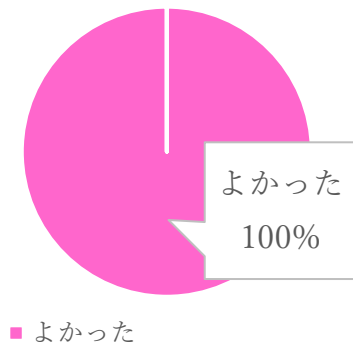
参加者の住所



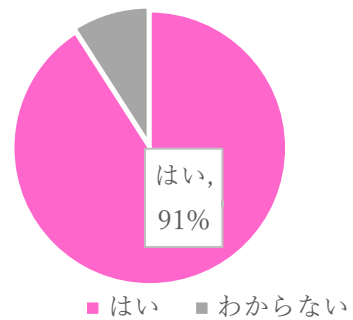
乳がん検診の受診歴



今回の内容



次回も参加したい



今回の内容はいかがでしたか？

- ・ブレストアウェアネス、とてもわかりやすかったです。ほかの方に進めてみようと思った
- ・体を動かせた。心・体のリラックスに加えて知識も得ることができた。
- ・ブレストアウェアネスを意識して生活しようと思いました。
- ・乳がんのチェックのやり方がわかり、とても勉強になりました
- ・マンモ検診の必要性を感じました
- ・自分のため、愛する人のため、見つかるがんを見つけられるよう、検診の大切さを伝えていきたいと思います
- ・早期発見の大切さ。桐生市/みどり市で検診受けていない人が多いことに驚きました。」
- ・ヨガはとても気持ちよかった
- ・ヨガは初めてでしたがわかりやすく、よい経験ができた。乳がんについての現状を学べた
- ・放射線技師の方のお話が聞いてよかった
- ・ヨガ体験ができ、心とからだがほぐれました。以前、乳がんのチェック法を学んだことがあったが継続できていなかったの、改めて検診の大切さに気付くことができました
- ・自分で見つけることのできる唯一のがんである乳がんのことが知れて良かったです。2年に1度なので、マンモを続けて受けます
- ・乳がん検診のすすめと、ヨガの組み合わせが良いと思いました。
- ・母が84歳の時に乳がんになりましたので、関心があります
- ・友人に誘われて初めて参加させていただきました。よかったです。
- ・ヨガとのコラボが良かった

今後ピンクリボンイベントとしてどのような企画があったらいいですか

- ・マンモグラフィの疑似体験をしてみたいと思いました
- ・マンモグラフィが体験できる、もしくは申し込みできたらよいと思いました
- ・大きな商業施設などでピンクリボン運動について広げるイベントなどで”知らない人”に知ってもらえるような活動を多く開催してほしい

その他ご意見・ご感想等

- ・とてもよかったです。乳がんについて理解が深まりました。
- ・今回参加できて、今後検診に行こうと思いました
- ・検診で超音波「だけ」を選べないことが残念。(私は乳腺が多いタイプ)
- ・貴重な時間となりました。主催者のみなさま、関係者のみなさま、たいへんありがとうございました。
- ・ヨガイベントのコラボがとてもよかったです。体験談を聞きたいと思います
- ・若い人の参加がもう少しあったらよかった

5. まとめ

今回、一般の方へ乳がんの早期発見により、乳がんの死亡率減少につなげたいと企画したピンクリボンイベントですが、参加募集期間中なかなか希望者が増えないでおりましたが、地域で協力してくださった方や、桐生タイムスや上毛新聞社、FM 桐生などのご協力もあり、無事開催の運びとなりました。

体調不良の加藤さんのかわりに御協力くださったヨガの渡邊講師の指導のおかげで、ヨガと乳がん啓発のコラボは評価が高く、アンケートでは全員が今回の内容について“よかった”と回答いただき、企画や準備が報われた気がしました。

なかなか周知が進まない、桐生市在住の参加者の方が増えていかないなどの課題もありました。若い方の参加もいただきたいと、県内の診療放射線技師の大学や、桐生市・太田市の看護学校・医療系の学校などにもご案内をさせていただきましたが、そこからの申し込みがないのが残念でした。また、申し込んでいただいたにも関わらずキャンセルが多数出たのはご本人の体調不良のみならず、子供の発熱など予期しない事情が発生し、女性対象のイベントでは仕方ないことと思います。

イベント開催は実施したことだけではなく、それをメディア等で取り上げて広めてくださることでも啓発につながるものと思います。

さいごに、私たちの趣旨にご賛同いただき、ご参加いただいたみなさま、ご後援くださったみなさま、講師・スタッフのみなさま、応援してご協力くださった地域のみなさまに、改めて御礼申し上げます。今後も乳がんに関する啓発活動を進めていきたいと思っておりますので、ご協力賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

令和4年11月2日

文責

マンモグラフィトレーニングスクール

代表 新井敏子