

# まなたは





とのタイプ



ネットで調べる 図書館へ行く 検索した時に上位に来る ものほど、信頼性が高い



YES NO



良質なモノは 高額である

> YES NO



専門書コーナーの本に 書いてあれば信頼性が高い



YES NO 身近な人が困っていたう

役に立つことを教えてあげる とにかく話を聞いてあげる 医療ドラマに登場する 「神の手」は存在する



YES



食材やサプリは「天然由来」 の方が健康にいい



健康のためには 「免疫力」が重要だ



「あきらめない」気持ちがあれば 病気が消える事はある





大学教授の言うことなる 信じて大丈夫



YES NO 検査で何も出なければ 健康



YES NO



タイプ



917







#### 人を信じる優しい人

人を信じ、困っている人はなんとかして あげたいと思う、愛のあるあなた。一方で、 人を信じやすいことは「お人好しで騙され やすい」とも言えるので注意が必要です。



あげられるでしょう。ますます人を助ける騙されることは滅ったのパンフを読めば



**B** 917

### 石橋をたたいてわたる情報集めのプロ

とてもメディアリテラシーがあるあなたは、情報の取捨選択がとても上手です! どれが正しい情報か怪しい情報かを判断し、行動することができます。病気や災害などいざという時に備えているという人が多いのもこのタイプです。





**5** 

### ポジティブシンキングで乗り越える強者

楽観的なあなた。クヨクヨしたり心配して過ごすのは嫌なので、「自分は災害や病気にも合わない気がするし、もしそうなっても気持ちを明るく持てば克服できる」と信じています。あなたの明るさは周りを救うこともある一方で、「全て気持ちの持ちよう」と考えてしまうことは時にちょっとした危険もともなうかも・・・。



ではい情報」が あればこそ最強だと あればこそ最強だと かかるでしょう。

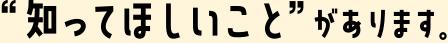


#### 世の中の話題は一通りおさえてる情報通

日々、SNSやワイドショーをチェックして、世の中の流れに敏感なあなた。人に話すのも大好きな人気者タイプです。一方で、有名人やインフルエンサーの言うことを信じすぎる傾向があるので、情報に踊らされないよう、判断できる力をみがくと良いでしょう。

気付けるでしょう。間違いも多い」ことに間違いも多い」ことにこのパンフを読めばい

**そして、、、 A B C D 全ての人に** 





今や、「生涯で日本人の2人にひとりががんになる」時代。 自分や身近な人ががんになることは珍しくありません。 それなのに、「がんの不安があったら、がんを告知 されたら、どうしたらいい?」ということについては、 正しい情報を知っている人がとても少ないのです。





このパンフを読んで、 ぜひ正しい情報の見極め方を 知ってください。



#### 8つのポイント! / 情報を見極めるときに役立っ

#### トンデモ情報だ5けの日本

海外では、医療情報はかなり厳しく規制 されています。しかし日本では新聞、 テレビ、書籍、ネットの情報に規制がなく、 「こうすればかんかが治る」、「こうすればかん が消える」などトンデモ情報がたくさん存在 してしまっているのです。正しい情報を見極 めることが大切です。



#### 誰でもがんになる

がんの原因の約6割は「遺伝子の突然変異」です。つまり、 誰でもがんになる可能性があります。「がんになったのは生活 習慣が悪かったから」と自分を責める人が多いのですが、 食生活が原因となるがんは1割に満ちません。 親から子に 遺伝するという遺伝的要因もたったの1割、ストレスについて は、まだがんの原因としては明確な根拠はありません。



糖質制限やマクロビオテックをはじめとした 「ガんに効く」と言われている22の食事法について、 イギリスの研究者たちが調べた結果がありますが、 ほとんど治療効果がないことが結論づけられて います。「予防と治療とは違う」と覚えておきましょう。

#### 高額な治療法は危険

日本では、最も高い効果が確認されている医療には 保険が適応され、誰もが平等に受けることができます。 その治療のことを「標準治療」といいます。「標準治療」が、 科学的根拠に基づいた観点で、現在利用できる最良の 治療なのです。「最先端治療」「最新治療」という言葉に 魅力を感じてしまいますが、保険が効かない自由診療として 提供される高額な治療は、「効果、安全性が定かでは ない未確立の医療」であることを知ってください。



#### 「どのがんにき効きます」はうそ

手術、抗がん剤治療、放射線治療は、世界で多く の種類のがんに効果が認められ、3大治療と言われて いますが、すべてのがんに有効なわけではありません。 がん種、病期 (ステージ)よって、最適の治療は 異なります。「全てのがんに効く」治療は無いのです。



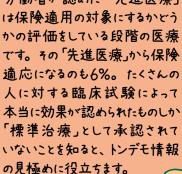
#### その本、誰の体験談

本屋でも多く見かける「がん患者 の治療体験談」は、あくまでも 「その人の話」で他の人には当て はまりません。がんの治療に関 する個人的な体験談は、科学的 な信頼性という点では、 最低 レベルの情報であることを覚えて おきましょう。

#### のはそのうちのたった3%です。厚生 労働省が認めた「先進医療」

#### 「免疫力アップ」にだまされないで

食事やサプリなどで、 免疫力を高めて病気を 予防したり、治療したりできるようなものは 医学根拠に基づいた形では存在しません。 「免疫カアップ」という言葉が入っていたらその 情報はあやしいと思ってください。



動物実験や細胞実験で効果

があっても人間用に承認される



## もっと詳しく

## 情報の見極め方をエキスパートがずお話します

#### 正確な情報はどこにあるの?

…がんに対して日本で正確な情報を発信している国立がん研究センター、日本医科大学武蔵小杉病院の 医師が動画で詳しく説明します。 「気になる、不安だな」 と感じたら、一度チェックしてみて!



『がんへの不安がある人へ』前編

若尾文彦先生

国立がん研究センター がん対策情報センター長



勝俣範之先生

日本医科大学 武蔵小杉病院 腫瘍内科 教授

グリーンルーペ youtube 検索

日本対がん協会 がん相談ホットライン(無料) \どなたでもご利用いただけます。/

3-3541-783



毎日(祝日・年末年始を除く) 午前10時~午後1時、午後3時~午後6時 ※新型コロナウイルス感染拡大に伴い、当面の間、相談受付時間を縮小させていただいております。

https://www.jcancer.jp/consultion\_and\_support/がん相談ホットライン

協賛

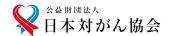
協力

発行者

abbvie



武田薬品工業株式会社







#### アフラック 小児がん経験者・ がん遺児奨学金制度

保険で役に立つ。他にも、アフラックにできることがあるはず。 そんな想いで始めたのが、子どもたちの学びを支える奨学金制度です。 小児がんを経験した高校生、親をがんで亡くした高校生を、 これまで2,900名以上支えてきました。

詳しくは アフラック 奨学金 検索



この奨学金制度は、アフラック・代理店・一般の方々の 寄付によって運営されています。 Yahoo!ネット募金を通じて、本活動へご寄付いただけます。