

子どもたちにたくさんの 本を読んでもらうために

市立図書館修理ボランティア

はやし としひこ
林 敏彦 さん



富良野市出身／77 歳／寿在住／北海少年院を退職後、図書館修理ボランティアに参加／趣味は退職してから始めた散歩と千歳市民文芸の会会員としての執筆活動（北海道新聞社賞、千歳民報社賞などを受賞）

——修理ボランティアの活動内容について教えてください

図書館などで貸し出しされている本の破れ・はがれ補修、落書き消しなどが主な仕事です。修理できない本はありませんので、21 人のボランティアの皆さんと色々な種類の補修をしています。糸綴じしている本の修理は大変なので、最近はやっていませんが…。

——やりがいを感じるときは

年間で 500 冊くらいの修理をしています。はがれてしまったページを上手くのり付けできた時はうれしいし、気持ちがいいですね。きれいになった本を気持ちよく、次の世代の方にも読んでもらいたいですから。

——どのジャンルの本の修理が多いですか

児童書の修理が一番多いですね。汚れも破れも多いですが、子どもなので仕方がありません。お菓子が本に挟まっていることもよくありますよ（笑）。

——本の魅力

読書をする、読んだ本の世界に入り込むことができ、自分の経験したことのない世界を感じることが出来ます。なので、子どもたちにはたくさん本を読んでもらいたいです。

——今後の目標

市内だけではなく全国的にも本屋さんが減り、子どもたちの本離れが心配です。汚れたり、破れてしまったりした本を修理し、たくさんの子どもたちに読んでもらえるように、これからも修理ボランティアの皆さんと楽しく、仲良く、1 冊でも多くの本を修理していきたいです。



先生、教えて！

CHITOSE CITY HOSPITAL
市立千歳市民病院 地域医療連携課
☎(24)3000 内線 8138

乳がんについて



市立千歳市民病院
副院長 福島 剛

今月号は、来月号と合わせて《乳がん》についてお話しします。

乳がんは女性のがんの中で最も多く、約 9 人に 1 人が発症、30 ～ 64 歳では女性のがんによる死亡数の 1 位です。

一方、早期に発見し適切な治療を行えば治るがん（I 期では 10 年生存率 99% 以上）でもあり、決して恐れる病気ではありません。

乳がんには女性ホルモンが深く関わっており、経口避妊薬の使用や閉経後のホルモン療法、出産経験がないことなどが発症するリスクを高めると考えられています。

乳がんの 5 ～ 10% は遺伝性とされており、特に親や子が発症している場合にリスクが高いことが分かっています。遺伝性乳がんの原因として BRCA1・2 という遺伝子の変異が知られており、

当院でも遺伝子検査が受けられます。変異があるからといって必ずしも発症するとは限らず、専門家のいる北海道大学と連携し、カウンセリングも行っています。

早期発見には自分の乳房の状態や変化に気をつけるブレスト・アウェアネス「乳房を意識する生活習慣」が大切です。罹患率は 30 代後半から急増しますので、40 歳以上では 2 年に 1 回乳がん検診を受けましょう。

集団検診では、費用の多くを公費で負担しており、千歳市の場合、40 歳時に無料クーポン券が配布され、それ以降は 1 回 2000 円以下で検診を受けることができます。40 歳未満の方は乳がん密度が高く、マンモグラフィ検査では乳腺の異常が分かりにくいいため、任意型検診（人間ドックなど）での超音波検査が推奨されます。

次回は、治療方法についてお話しします。