

<がん患者さんの運動と栄養に関するアンケート調査>

約9割が、病院で運動に関する情報得られず

森永乳業グループの株式会社クリニコ(以下クリニコ)は、子供持つがん患者さんのための交流サイト一般社団法人キャンサーペアレンツ(以下キャンサーペアレンツ)と共同アンケート調査を実施しました。

がんは国内において1981年より日本人の死因の第1位で、現在では、年間30万人以上の方が、がん で亡くなっています。また、生涯のうちのがんにかかる可能性は、男性の2人に1人、女性の3人に1人と推測されています(※)。一方、がん治療の進歩により、5年生存率は大きく改善してきており、がんは長く付き合う慢性病になりつつあります。

※厚生労働省 政策レポート

適度な運動が心身の健康促進につながることはよく知られています。がん治療中や治療後の患者さんについても、近年の国内外の研究により、適度な運動を行うことで体の代謝が活発になったり、免疫機能が高まったりするとともに、精神的なストレスも減るため、QOLを高めることがわかってきました。また、骨格筋量が減少していると、手術や化学療法の有害事象が強く発現することが知られており、筋肉量の維持・改善は大変重要とされています。

同時に、食事(栄養)もがんの治療において重要な役割を持ちます。しかし、多くの患者さんは、がんの症状やがん治療による副作用によって、必要な栄養を十分に摂取することができない場合があります。さらに、病気や治療の内容によっては、これまで通りの食事がとれるようになるまでに時間がかかることもあります。そのため、食事(栄養)についても正しい情報が必要です。

そこでクリニコは、がん患者さんの運動と食事の実態、また、がんにより、それまで行っていた運動や食事の内容がどのように変化したのかを把握するために、キャンサーペアレンツの会員様を対象に、「運動と栄養に関するアンケート調査」を実施しました。

*キャンサーペアレンツは、子供を持つがん患者さんのための交流サイトで、子育て世代、働く世代のがん患者の「声」を世の中へ発信し、がんになっても生きていきやすい社会の実現に向けて、活動を行っています。

*株式会社クリニコは、『予防・治療・介護を通して、一人ひとりの Quality of Life の向上に貢献する』という経営理念のもと、設立当初から現在に至るまで、森永乳業グループ病態栄養部門として、森永乳業(株)と共に、研究・開発に取り組んでいます。

<アンケート調査の主な調査結果>

1)約9割が、病院で「運動」に関する情報提供を得られず。

病院で運動に関する情報提供があった方は13.6%、なかった方86.4%

2)約6割が、食事習慣を変えている

治療中に食事の習慣を変える原因として、57.6%の方が「治療の副作用」と回答。

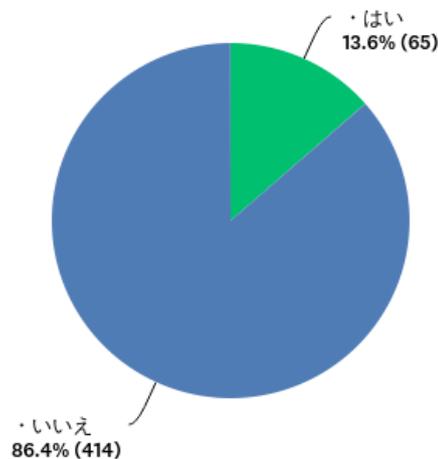
<調査概要>

- 【**標題**】 がん患者さんの運動と栄養に関するアンケート調査
- 【**調査主体**】 株式会社クリニコ/がん患者サポート
- 【**対象者**】 がん患者サポート会員 20代～60代 全国男女 486名
- 【**調査機関**】 2019年1月20日～28日
- 【**調査方法**】 インターネット調査

約9割が、病院で「運動」に関する情報提供を得られず。

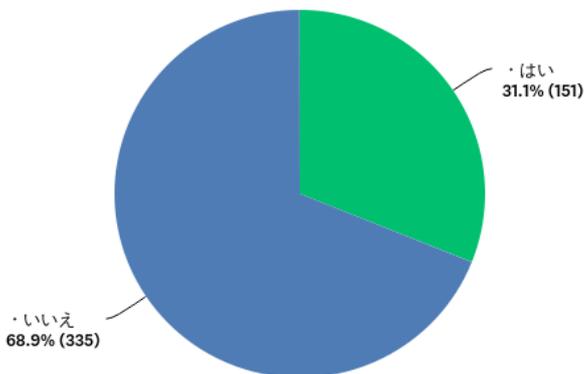
⇒病院で、運動に関する情報提供があったかどうかの質問に対して、約9割の方が、「なかった」と回答しました(回答数 476名)。医療従事者から、「運動」についての情報をがん患者に十分提供されていない現状が浮き彫りとなりました。

<病院で運動に関する情報提供はありましたか？>

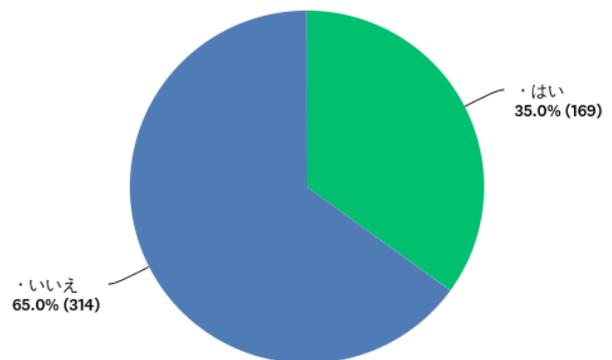


また、がんと診断される前後の運動習慣の有無を聞いたところ、大きな違いはありませんでした。「運動」に関する、医療機関からの情報が少なく、適度な運動を行うことの重要性が伝わっていないことが読み取れます。がんになると運動まで意識が届きにくくなりますが、医療機関からの情報提供の少なさも、運動に対しモチベーションが上がらない要因になっている可能性が示唆されます。

**がんと診断される前に
運動の習慣はありましたか？**



**がんと診断された後に
運動の習慣はありますか？**



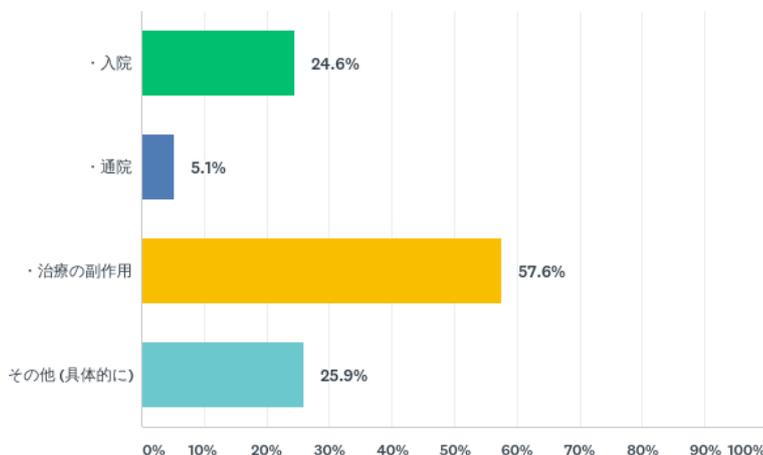
約6割が、がん治療中に食習慣を変えざるを得なくなっている。

⇒治療中に食習慣を変えた理由として、約6割の方が、「治療の副作用」と回答しました（回答数448名）。

また、再発予防のために、健康的な食事を心掛けている方も、その他回答の中から見受けられ、がんと診断されてか

ら、食習慣を見直す方も多いことが分かりました。

<治療中に食事の習慣を変える原因となった事柄を教えてください>



現在は、インターネットや書籍から簡単に多くの情報を集めることができます。しかし中には、不正確な情報もあります。がんになっても安心して暮らせる社会を目指すためには、正しい情報をごん患者さんに伝える必要があります。今回のアンケート調査からも、「(運動について)何から始めれば良いか分からない」「がんには良くない食べ物と書かれているものは食べないようにしている」などの回答が見受けられました。正しい情報を医療機関から伝えるほか、普段困っている事を共有できる場が望まれます。

今回、当社はキャンサーペアレンツ会員様を対象に「運動と栄養イベント」を開催いたします。運動と栄養に関する講義のほか、実際に簡単なエクササイズをするといった内容です。普段、運動や食事について困っていることを共有してお役立ていただきたいと思います。

<イベント詳細>

日時：2019年3月3日（日）13時～16時

場所：森永プラザビル 23階 D・E会議室

東京都港区芝5-33-1 森永プラザビル本館

講師：石木 寛人 先生（国立がん研究センター中央病院 緩和医療科 医師）

金川 潤也 先生（埼玉医科大学 緩和医療科 理学療法士）

参加人数：約20名

内容：①運動の講義（金川先生）

②栄養の講義（石木先生）

③グループ内でのディスカッション

④栄養補助食品の展示、レシピの紹介

お問い合わせ先：株式会社クリニコ コーポレート・コミュニケーション部 ^{ついき}立木

TEL. 03-3793-4101

<お客さまからのお問い合わせ先>

通話無料 0120-52-0050

ホームページ <https://www.clinico.co.jp>

以上