キャンサーひょうご

ひょうごがん患者連絡ニューズレターNo.9

発行責任者 黒田裕子　編集 田村・坂手・有本・石上・草野

〒651-2109 神戸市西区前開南町 1-2-1 阪神高齢者障害者支援ネットワーク内

TEL 078-976-5050 FAX 078-977-0224　http://hyogo-capa.net/

「今！！　できること・・・・」

神戸骨髄献血の和を広げる会　代表　伴 智代

神戸骨髄献血の和を広げる会（以下 神戸の会）は、日本骨髄バンクが設立された翌年の 1992 年３月に発足しました。

私たちは、白血病などの血液疾患に苦しむ患者さん達のために、この難病が骨髄移植によって克服する可能性があることを社会に広めようと、骨髄バンクのこと、ドナー登録のことを大勢の方に正しく理解して貰い、1 人でも多くの方にドナー登録していただけることを願って啓発活動を行っています。

また、患者相談会を開催したり、命をつなぐために骨髄移植を受けたいと願う患者さん達のために街頭に出て骨髄バンクドナーを募る活動も続けております。

そういう意味で、ひょうごがん患者連絡会（以下 連絡会）に参加されている他の会の皆様とは、少し毛色の違った会と言えるかもしれません。ただ、連絡会が目指そうとしている「がんになっても元気に安心して暮らせる社会を・・・・」というビジョンを実現するために、私たち神戸の会が取組んできた活動が役に立つのではないかと考えています。

つまり、患者、家族、医療従事者だけで問題をかかえ込むのではなく、また行政と対立するのでもなく、広く一般の方々にダイレクトに訴えて応援団になってもらうことで、行政を巻き込んでいくためのノーハウを提供していくことが、神戸の会の連絡会での役割なのではないかと感じています。

まだまだ手探りではありますが「あせらず、あわてず、あきらめず」をモットーに、１つ１つ確かめながら皆さんと手をたずさえて進んでいければと思います。

以　　上

“献血”について考えたことがありますか！

神戸骨髄献血の和を広げる会　伴 智代

献血とは、顔を見たこともないけれど、病気や怪我で苦しんでいる輸血を必要とする患者さんを助けるために、ドナーとなって自分の血液を提供する行為を言います。若しかすると私たちひょうごがん患者連絡会に参加されている患者会の会員の方々にも、この献血のお陰で何の心配もすることなく輸血が受けられ手術が成功したり、治療が上手く進められた方が沢山おられるのではないでしょうか。ただその方々の中で、自分に提供された血液がどれだけ多くの方々の努力の末に自分の手元に届けられたのかということに思いを馳せられた方はどれくらいおられるのでしょうか。私も日々多くの患者さんと接する中で、それほど多くはないような感触を持っています。そこで少しでも献血のことについて皆様に知って頂けたらと思います。

１、現在 輸血を一番多く受けている患者さんは、どの様な疾病を持った患者さんでしょうか？

答えは次の表が示すように悪性新生物、即ち“がん患者”が輸血量の 42.4%を占めています。データは少し古く、然も東京都のものですが、兵庫県の現状も殆ど変わりありません。つまり一般的にイメージされている程、交通事故等の怪我の患者さんに多く使用されているわけではないのです。

疾病別輸血状況 (平成 19 年 東京都福祉保健局保健政策部疾病対策課調査より)

悪性新生物 (白血病を含む)	血液及び造血器	循環器系	消化器系	尿路性器系	妊娠・分娩	損傷,中毒及びその他の外因	その他
42.4%	16.3%	14.2%	11.9%	2.6%	0.6%	3.0%	9.0%

２、輸血は赤い色をした全血の輸血だけだと思っていませんか？

輸血用血液製剤には「赤血球製剤」「血漿製剤」「血小板製剤」「全血製剤」があります。

以前は採血されたままの血液、即ち全ての成分を含んだ「全血製剤」の輸血が主流でした。現在では、血液を遠心分離し、血液を赤血球、血漿、血小板の３種類の成分に分け、患者さんが必要とするだけ輸血する「成分輸血」が主流となっています。「成分輸血」は患者さんにとって不必要な成分が輸血されないですむため、循環器（心臓や腎臓など）の負担が少なくてすみます。医療機関への全供給数のうち、「赤血球製剤」「血漿製剤」「血小板製剤」でほぼ 100%を占めています。「全血製剤」は殆ど供給されていません。

３、私たちがお世話になっているのはパックに入った輸血用の血液製剤だけではありません。以下の表にあるように献血血液から血漿分画製剤が製造され、多くの患者さんに提供されています。

血漿分画製剤の種類

血液凝固第Ⅶ因子製剤	血友病Ａの患者は、この因子が不足しているために関節出血などを繰り返し起こします。血液凝固因子補充のために重要な製剤です。
アルブミン製剤	事故などで大怪我をして大量の出血でショック状態に陥ったときや、熱傷、肝臓病、腎臓病などの治療に使用されます。
免疫グロブリン製剤	人の血漿中の抗体を分離精製した製剤です。色々な病原体に対する抗体が含まれており、抗生物質の効かない患者に使用されます。特発性血小板減少性紫斑病、川崎病にも使用されます。
特殊免疫グロブリン製剤	Ｂ型肝炎ウイルスと反応する抗体を分離精製した製剤です。針刺し事故後の発症防止や母子間感染予防のために使用されます。

以上のように私たち患者は、日々献血をして下さるドナーさんや、ドナー集めに並々ならぬ努力をして下さるボランティアの皆さん、日赤の職員の方々に支えられて安心して治療に向かうことができているのです。このことを認識して、感謝を忘れない姿勢を持ち続けなければいけないと思います。

そこで、皆様にお願いです。

１、知って下さい！！　★ 献血の現状について興味を持って下さい。

２、伝えて下さい！！　★ 献血の有難さ、大切さを自分の言葉で話して下さい。

３、広めて下さい！！　★ 周りの人に献血に参加して貰えるようお願いして下さい。

“がん患者”になっても、できることは沢山あります。さあ 今日から
“献血にご協力を！！”の声を私たちから掲げていきましょう。

以　　上

「がん予防・早期発見早期治療」プロジェクト最終報告

「がん検診受診啓発パンフレット」ができました
～“がん”による死亡者を２５％減らしましょう～

兵庫県は“がん”による死亡者を、この 5 年間に現状よりも２５％減らす活動に取組んでいます。

その取組みの一環として、現在１５～２０％で低迷している“がん検診受診率を５０％以上に高める”運動を行っています。

このパンフレットは、兵庫県が米国研究製薬工業協会(PhRMA)の協力を得て立ち上げた“兵庫県のがん検診受診率向上プロジェクト『ひまわり』”の高校生・大学生のアイデアで作成されたものです。

パンフレットは昨年末に完成しました。目下、がん検診を受けてがんを早期に発見し、早期に治療することによって不幸な死亡者をなくしましょう、と一般市民を対象にパンフレットを配布しキャンペーンをしております。また併行して、県下 18 会場で開かれている兵庫県の「がん対策推進員研修会」でも“ひょうごがん患者連絡会”から派遣された講師が参考資料として活用することにしています。

この活動は、ニューズレターNo.8 まで毎号“プロジェクト活動報告”として掲載してきましたが、この度パンフレットが完成しましたので、主要部分を抜粋して掲載し最終報告とします。

兵庫県は、昨年 4 月にこの計画を企画し、参画いただける学生ボランティアを公募し、１０名の方に応募いただきました。この学生メンバーに医師 5 名、患者２名をアドバイザーとして加えてチームを編成し、アピール性の高い“がん検診受診啓発パンフレット”の作成について取組んできました。

学生メンバーには、ひょうごがん患者連絡会加入の“こども病院血液腫瘍親の会「さくらんぼの会」”世話役の娘さんも入って下さいました。患者アドバイザーにはがん患者連絡会会長と事務局長がメンバーとして加わり、肝炎友の会代表にも適宜参加していただきました。

ハンフレットの狙いは、“がんとは何か”、“がんは何が恐ろしいのか”、“なぜ早期発見・早期治療が必要なのか”、“がん検診は何処でどの様な検査を受けるのか”を一般のみなさんに知っていただき、“がんは恐ろしいと思いながらも検診の受診をためらっている”方々に検査場に足を運んでいただこうということにあります。

なお、“ひまわり”というプロジェクト名は、花の持つ明るさと眩しさに思いを込めて名付けられたものです。夏が終わり、花が枯れてしまっても、そこからこぼれ出た種子は次の年にまた大きな花を咲かせてくれます、そんな、未来へ続く希望をこめた『ひまわり』です。そしてこの思いを「大切な人」と題する詩に託して、具体的に訴えかけてくれております。

最後に、みなさまへのお願いです。

『このパンフレットの内容を、ご親族やお友達、子供さんのお友達のご両親にも紹介いただいて、一人でも多くの方に“がん検診を受けて頂けるよう”お勧め下さいますようお願いいたします。』

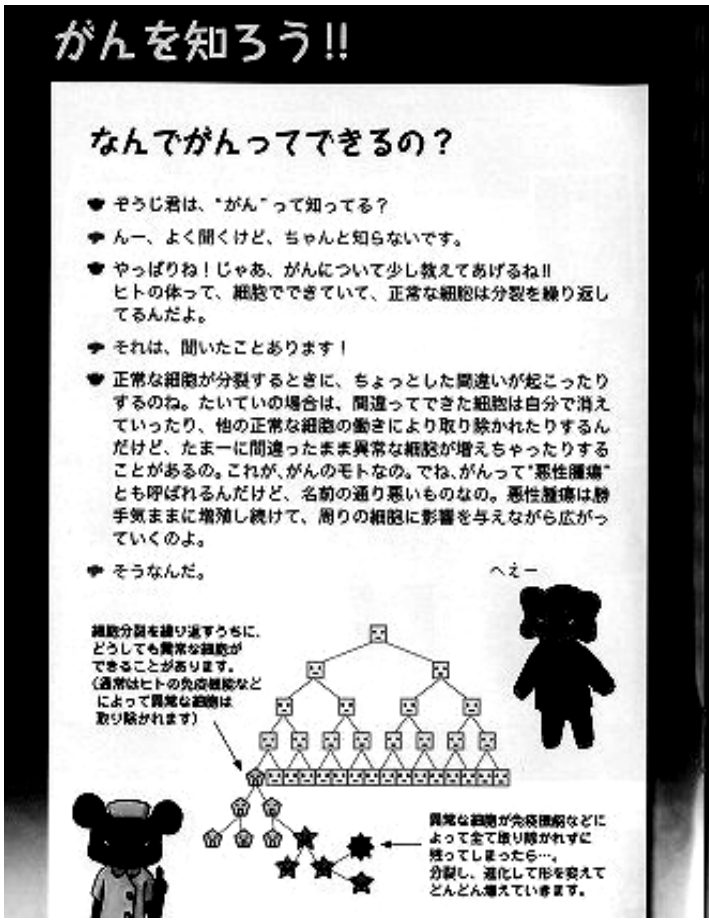
以　　上

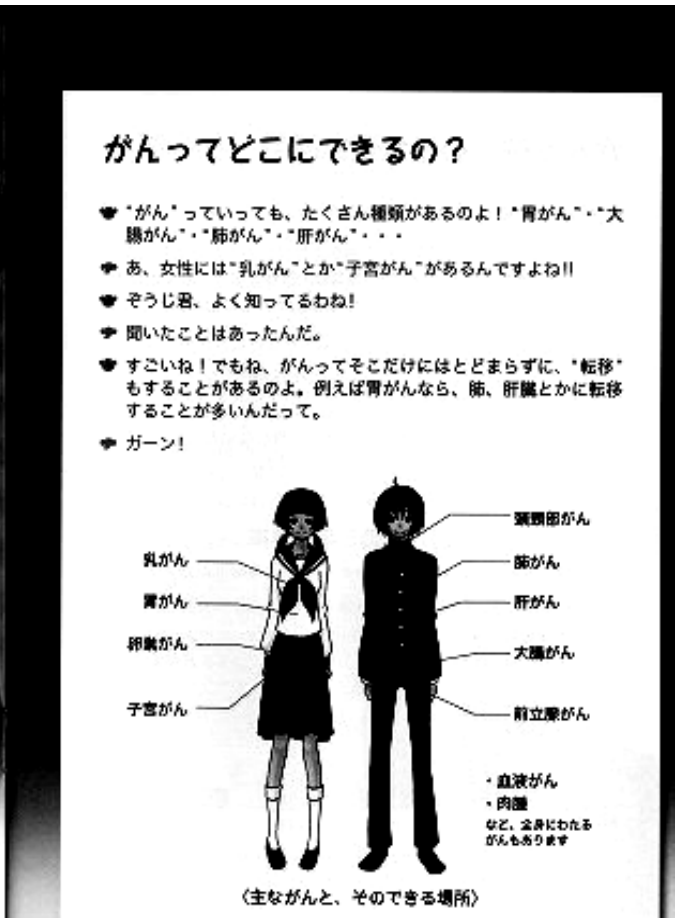
ご参考：兵庫県のホームページに、これまでの活動経過報告とパンフレットの全頁が掲載されています。
次の URL をご覧下さい。

http://web.pref.hyogo.lg.jp/hw12/hw12_000000096.html#h04

Hyo Go!
がん検診!!
-大切な人を守るために-
「ひまわり」
兵庫県のがん検診受診率
向上プロジェクト
足立 秀治 先生
兵庫県立がんセンター 放射線

「大切な人」
かけがえのない君が
かけがえのない毎日を送っていて
私の隣で笑っている
そんな当たり前のことが幸せです
あなたにとってかけがえのない大切な人は誰ですか
家族ですか
友達ですか
恋人ですか
想像してみてください
あなたの大切な人が苦しむ姿を
想像してみてください
あなたの大切な人がいなくなってしまうことを
私たちは知っています
大切な人を失う悲しみを・・・
あの深い悲しみを忘れはしません
どうかあなたとあなたの大切な人たちが
ずっとずっと笑顔でいられますように・・・

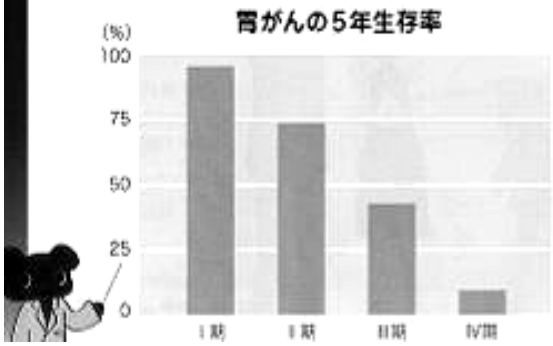

がんを知ろう!!
なんでがんってできるの？
そうじ君は、"がん"って知ってる？
んー、よく聞くけど、ちゃんと知らないです。
やっぱりね！じゃあ、がんについて少し教えてあげるね!!
ヒトの体って、細胞でできていて、正常な細胞は分裂を繰り返してるんだよ。
それは、聞いたことあります！
正常な細胞が分裂するときに、ちょっとした間違いが起こったりするのね。たいていの場合は、間違ってできた細胞は自分で消えていったり、他の正常な細胞の働きにより取り除かれたりするんだけど、たまーに間違ったまま異常な細胞が増えちゃったりすることがあるの。これが、がんのモトなの。でね、がんって"悪性腫瘍"とも呼ばれるんだけど、名前の通り悪いものなの。悪性腫瘍は勝手気ままに増殖し続けて、周りの細胞に影響を与えながら広がっていくのよ。
そうなんだ。
へえー
細胞分裂を繰り返すうちに、どうしても異常な細胞ができることがあります。（通常はヒトの免疫細胞などによって異常な細胞は取り除かれます）
異常な細胞が免疫細胞などによって全て取り除かれずに残ってしまったら…。分裂し、進化して形を変えてどんどん増えていきます。


がんってどこにできるの？
"がん"っていっても、たくさん種類があるのよ！"胃がん"・"大腸がん"・"肺がん"・"肝がん"・・・
あ、女性には"乳がん"とか"子宮がん"があるんですよね!!
そうじ君、よく知ってるわね!
聞いたことはあったんだ。
すごいね！でもね、がんってそこだけにはとどまらずに、"転移"もすることがあるのよ。例えば胃がんなら、肺、肝臓とかに転移することが多いんだって。
ガーン！
乳がん
胃がん
卵巣がん
子宮がん
甲状腺がん
肺がん
肝がん
大腸がん
前立腺がん
・血液がん
・肉腫
など、全身にわたるがんもあります
〈主ながんと、そのできる場所〉

がんを早く見つけよう!!

がんが怖いのはなぜ？

- がんが怖いのは、なぜなんだろう？
- そうだね、それは、がんという病気の性質に関係があるんだよ。がんは、できはじめの小さい時期には、自覚症状がほとんどなく、見つけにくい病気なんだ。自覚症状が出てからの治療は、がんが大きくなったり、広がっているぶん難しいし、治療の選択肢が少なくなってしまうこともあるんだよ。
だから、発見が遅れると、治る確率が下がる、つまり、発見の遅れが死につながってしまうということなんだ。
がんが怖い理由は、早く見つけて早く治療しないと、がんで死んでしまう確率が高くなるから、といえるよね。



早期発見・早期治療

- がんは早期発見・早期治療が大切、とよく聞くけど、それは本当なの？
- そうなんだ。左ページの図は、胃がんの5年生存率のグラフなんだよ。

5年生存率というのは、がんに対する初めての治療から5年後に生存している患者さんの比率のことを言うんだ。5年後に生存していれば、がんはほぼ治ったと考えていいんだよ。
I期というのは、がんの初期の段階を示していて、自覚症状のない非常に初期の段階でがんが見つかった患者さんの生存率を表しているんだよ。II期、III期と、治療開始時点におけるがんの進行段階が進むにつれて、5年生存率は下がってるよね。

- へえー。確かに、このグラフを見ると、がんを初期の段階で治療すればするほど、生存率が高いということがわかるね。
- そうだよ！だから、がんは早期発見・早期治療が大切だといわれているんだよ。早期発見・早期治療によって5年後やその先でも、勉強や仕事をしたり、趣味を楽しんだり、家族とともに笑顔で生活していくことができるんだね。

検診を受けよう!!

自分のため、そして家族のため…

- がん検診か…。自分の体を守るために検診を受けないといけないってこと？
- そのとおり!!まずは自分の体を守ることが大切だよね。でも、それだけかな？
- 自分の体を守るだけじゃないの？
- うん、そうなんだよ。人って1人で生きているわけではないでしょ。ぞうじ君にとって大切な人って誰？
- え～～～っと、家族とか、学校の友達とか、恋人かな…。
- うんうん。みんな、誰にも大切な人がいるでしょ。それは、裏返せば、ぞうじ君も誰かにとって大切な1人ってことだよ。
- うん、そうだね。
- そう考えると、自分の体って自分だけのものじゃないってことわかる？
- うん。誰かが病気になると、悲しむ人が必ずいるってことだよね。
- それに、家族の1人が病気になると、みんなの生活が変わってしまうことあるでしょ。
- あるある。お母さんが病気になった時、自分で家事をしないといけなくて大変だった。
- そういうことなんだよ。検診を受けて、自分の体を守ることは、自分のためだけじゃなくて、周りの大切な人たちのためでもあるんだ。わかった？
- わかったよ。でも、がん検診って時間がかかったり面倒じゃないのかな？
- そうだね、じゃあ、実際にがん検診ではどんなことをやるのか見学しに行こう！

市町のがん検診って？

検診の種類	対象者	受診間隔	おもな検査方法	自己負担額*	検査所要時間
胃がん検診	40歳以上男女	年1回	胃エックス線検査	600円	5分程度
大腸がん検診	40歳以上男女	年1回	便潜血反応検査（便を郵送または持参する）	500円	－
肺がん検診	40歳以上男女	年1回	胸部エックス線検査、喀痰細胞診検査	1000円	10分程度
乳がん検診	40歳以上女性	2年に1回	マンモグラフィと視触診の併用検査	40歳代のみ2000円 50歳以上は1500円	15分程度
子宮がん検診	20歳以上女性	2年に1回	子宮頸部の細胞診検査	1700円	15分程度
肝炎ウイルス検査	40歳以上男女	－	血液検査	無料	

※記載の自己負担額は、神戸市のものを主要であり、市町によって自己負担額は異なります。

ひょうご がん患者連絡会の活動概況を紹介します

（2009 年 12 月~1 月 活動分）

2009 年 12 月５日（土）：“がん予防・早期発見早期治療”ﾌﾟﾛｼﾞｪｸﾄの「パンフレット完成会」が開かれました。

別掲の通りパンフレットの作成を完了して、完成会が開かれた。

完成会では、次の事項について確認した上で全参加メンバーに対して、兵庫県健康福祉部健康局長から感謝状が授与された。

１、 高校生・大学生メンバーによるパンフレット配布場所及び配布方法を再確認し 2010 年３月までの配布スケジュールを決定した。

２、 事務局からキャンペーン活動の参考用として、全参加メンバーに 20 部ずつ配布された「がん検診意識調査アンケート」の集計結果が報告された。がん検診に対する関心度はアンケート対象者の違いもあって、これまでの総理府や兵庫県が行った意識調査よりは高い関心が示されていた。然しながら“検診を受けない理由”には大差がなく、① 健康に自信がある、② 受診する暇がない等であった。がん検診受診率向上のためには対象者一人ひとりへの働きかけが大切であることを示唆するものであった。

３、今後の予定

3 月中旬頃、学生メンバーによるキャンペーン報告会を開催してプロジェクト活動を終了する。

併せて、兵庫県健康福祉部健康局及びひょうごがん患者連絡会が夫々のがん検診受診啓発活動にパンフレットを活用していく。

2009 年 12 月 15 日（火）：第８回運営委員会と「がん対策推進員研修講師学習会」を開きました。

１、運営委員会では次の決定を行った。

（１）中原会長辞任の申し出でを了承し、今年度中は黒田副会長が会長職を代行する。

（２）月例会開催日時は原則的に毎月第 3 木曜日とする。

（３）兵庫県下の各健康福祉事務所主催の“がん対策推進員研修会”へのがん患者連絡会からの講師派遣計画を確定した。

（４）2010 年 1 月度例会は、運営委員会終了後に“新年語り合いの会”を開催する。

２、がん対策推進員研修講師学習会

藤原、伴、山本、武内、田村各会員から、夫々に異なるがん患者体験が述べられた上でがん検診受診の必要性を訴えるプレゼンテーションを行った。

引続き、藤原会員から 12 月 11 日に開催された明石健康福祉事務所での研修会実施状況の報告を受けて、意見交換を行った。

2010 年１月 21 日（木）：第９回運営委員会と「新年語り合いの会」を開きました。

１、運営委員会では次の決定を行った。

（１）がん対策推進員研修会講師派遣計画の現況について確認した。

（２）連絡会ホームページ「患者 net サロン」の“問合せ”に対する対応策を定めた。

２、新年語り合いの会では、今年の課題やがん対策推進員研修会講師派遣の問題対応について交流した。

以　　上

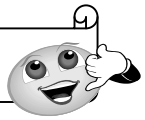
がん患者連絡会加入団体等の公開講座等予定（2010 年 2 月～3 月）

日時・場所	主催(TEL)・会費	テーマ・主な内容・講師
２月４日（木） 16：30～18：30 兵庫県立がんセンター 別館２階研修室	ゆずりは明石「公開月例会」 078-911-6761（草野） 無料	「医師と患者のｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝの取り方」 足立副院長、池垣部長、 伊藤・橋口がん専門看護師をお迎えして 講話をして頂いた後、懇談をします
２月７日（日） 13：00～16：30 神戸市勤労会館多目的ﾎｰﾙ	ゆずりは「公開月例会」 078-976-5050 ８００円	・“ほのぼのｺﾝｻｰﾄ”～ﾏﾝﾄﾞﾘﾝ・ｷﾞﾀｰと共に 音楽療法士 杉浦昭代氏ほか 2 名 ・語り合い交流会
２月 13 日（土） 13：30～16：00 宝塚市立西公民館ホール	宝塚市健康福祉課 0797-86-0056（岩本） 無料	「健康たからづか 21」がん予防市民講座 ・宝塚健康福祉事務所長講話　増田宗義氏 ・がん患者体験報告　武内務会員ほか１名
２月 20 日（土） 13：30～16：50 ﾚﾊﾞﾝﾃ垂水 2 番館ﾚﾊﾞﾝﾃﾎｰﾙ （JR 垂水駅東口北 徒歩５分）	兵庫県立がんセンター 078-929-1151（総務課事務局) 無料（要申込）	「第 9 回がんフォーラム」 ～進歩する消化器がん治療～ ・「内視鏡で治るがん」山本内科医長 ・「がんの手術を腹腔鏡で」川崎外科医長 ・「抗がん剤と放射線で切らずに治るがん」 堀田内科医長 ・「進歩する抗がん剤」津田内科医長 ・「地域で支えるがん診療」 大西地域連携部課長
２月 21 日（日） 15：00～17：00 レバンテ垂水 3 階大ホール	神戸医療ｾﾝﾀｰ「市民がん講座」 078-791-0111　無料 （内線 460 がん相談支援室）	「人生あきらめたらあかん！」 ・講演者：市岡裕子氏(ｺﾞｽﾍﾟﾙｼﾝｶﾞｰ) ・奥田和彦・良子夫妻のフルート演奏
３月 13 日（土） 13：30～15：30 ｱﾌﾗｯｸ神戸総合支社会議室	あけぼの兵庫 078-220-5921　無料 (中央区京町 80 ｸﾘｴｲﾄ神戸 13 階)	「乳がんと食の関係」講話と無料相談 神戸アーバン乳腺クリニック院長 小西　豊　医師
３月 13 日（土） 13：30～16：00 兵庫県民会館９０２号室	ゆずりは「公開月例会」 078-976-5050 ８００円	「上手に医者にかかる為には」 長尾クリニック院長　長尾和宏医師

がん患者連絡会加入団体等の「がんサロン」予定（2010 年２月～3 月）

主催(TEL)・会費・場所	テーマ・主な内容・講師	日　　時
ゆずりは明石「明石話そう会」 078-911-6761(草野) 無料 兵庫県立がんセンター 1 階	患者、家族の悩みを分ち合い 前向いて生きる寄り添える会を 目指しています （時間内であれば参加ご自由です）	・２月１日及び 15 日（月） ・３月１日及び 15 日（月） 10：00～12：00
日本がん楽会「がんサロン」 078-958-8415(午後) 無料 春貴ﾋﾞﾙ 4 階(三宮町 3-9-19	・がんの悩み相談・医療相談 ・楽しい語らいの場 ・毎回ゲスト出演を予定しています （ご自由に参加してお楽しみ頂けます）	・２月 10 日（水） ・３月 10 日（水） 14：00～16：00
ゆずりは「がんサロン」 078-976-5050 500 円（茶菓子代） 地下鉄伊川谷駅構内伊川谷工房	お茶を飲みながら 病や悩みについて自由に語り合います ﾒﾝﾊﾞｰには女医さんにも参加頂きます （時間内であれば参加ご自由です）	・２月２日及び 16 日（火） ・３月２日及び 16 日（火） 13：30～15：30

ひょうご がん患者連絡会行事予定（2010 年 2 月～4 月）



日　時	行事・会費	テ　ー　マ・講　師	場　所
2月 （日 程 未 定）	兵庫県疾病対策課 との打合せ	がん対策推進計画の 2009 年度進捗状況と 2010 年度計画	（未　定）
2月１８日（木） 18：00～18：30	第 10 回 運営委員会	―――――	兵庫県民会館 ９０２号室
18：30～20：30	第 4 回 がん患者会研修講座	「コミュニケーションスキルについて」 がん患者連絡会副会長　黒田裕子	
20：30～	研修グループワーク	研修後の討議でテーマ決定	
3月１８日（木） 18：00～20：00	第 7 回 フリートーキング会	2010 年度事業計画ほか	クリスタル タワー（予定）
20：00～21：00	第 11 回運営委員会	第 2 回定期総会に関する件	
4月１５日（木） 18：00～20：30	第 2 回 定期総会	「2009 年度事業報告 及び 2010 年度事業計画について」	兵庫県民会館 ９０１号室

ニューズレターの編集について

このニューズレターは、５団体から応募いただいた編集委員による協議で編集し、会長の査閲を経て発行されます。

ニューズレターの構成は、第１面が各団体代表による取組み報告、第 2 面が各団体持ち回り執筆の連絡会関係の活動報告となっております。

この第９号は“がんを語る有志の会” さんに執筆をして頂く予定でしたが、有志の会代表が体調不良で辞退された関係で急遽“神戸骨髄献血の和を広げる会”さんにお願いしました。次号の第 10 号（3 月発行）の担当は“さくらんぼの会”さんです。よろしくお願いします。

編集後記は編集委員持ち回りで、“あけぼの兵庫”有本代表にお願いします。　　（事務局）

編集後記

編集委員会事務局　田村美生夫

ひょうごがん患者連絡会が重点テーマとしている“がん検診受診啓発活動”が具体的に展開される運びになりました。兵庫県が計画した全県下１８会場で開かれる“がん対策推進員研修会”にがん患者連絡会から約２０名の方に講師を担当して頂くことになりました。連絡会を挙げての取組みとなり、がん患者会の参画する活動としては全国的にも誇れるものだと確信しております。

並行して、応募いただいた学生グループによる“がん検診受診啓発パンフレット”も完成しました。このプロジェクトにも連絡会として参画し、連絡会の意見を反映させることができました。

以上のような現況から、今月号は“がん検診受診啓発特集号”として８頁立てとしました。