

「守る命、守りたい命」

喜界町立喜界中学校二年

横山 美星 よこやま ちゆら

私の母は、毎年乳がん検診と子宮頸がん検診を受けています。

「自分の為にも家族の為にも、元気でいなくちゃね。」そう言っていて、いつもの笑顔を見せてくれた母。現在日本では、女性の九人に一人が乳がん、七十三人に一人が子宮頸がんと言われていると聞いています。テレビでも、有名人がこのような病気で亡くなったというニュースを聞く事もあります。その時、そばにいる家族や沢山の友人は悲しみの涙を流しています。いつも笑顔を見せてくれる母がもし…と思うと、私はきつと悲しくて立ち直れないと思います。でも、命を守る為、健康を維持する為に出来る事が必ずあると思い、私は、乳がんと子宮頸がんについて詳しく調べてみることにしました。

この二つに共通している予防法は、生活習慣や環境を改善していくという研究が進められています。生活習慣の改善には、毎日適度な運動をする、喫煙をしない、適量の飲酒、食後の歯磨き、ストレスを溜めない、十分な睡眠をとる、そして、食生活に関する色々な事があげられます。全て、簡単な様で中々実行出来ない気がしますが、自分の命と健康を守る為には、必要な事だと思います。

そして、早期発見も予防法の一つに上げられます。乳がんの初期症状、子宮頸がんの初期症状、それぞれ違いはありますが、体に異変が起こっているという事は、どちらも同じ

です。その異変に気付かない事もあるので、しっかりと定期的に検診を受ける事はとても大切な事だと思います。自分で守る命、周りが守ってあげる命、一つの行動で救える命があると思います。私も母の様にしっかりと検診を受けたいと思います。そして、もっと病気の事について勉強し家族や友達にも病気について教えていきたいと思えます。私が守れる命がすぐ近くにきつとあると思います。沢山の人の健康と笑顔を守っていききたいです。

「検診に行ってくれて有難う。」
今度、母が検診に行く時、こう言って笑顔で送ってあげたいと思います。