水気をしっかりとふき、身の厚い部分に切り込みを入れて火の通りをよくします。長ネギは斜め薄切りにします。

き、サバの皮目を上にしてのせます。包まずそのままグリルに入れ、中火で焼き目がつくまで焼きます。（約30分）

レス
項目
た。
「再
るま
酒は
。
運動
長期
ウォ
に数
た。
して
にな
ブだ
たの
うと
。そ
ロー
飯を
うお
二つ
た。
だけ
ノン
たい
よう
た。
驚い
値に
なっ
化が
の実
歳

クラウドガール 58

金原ひとみ・作
山城えりか・画

晴臣（はるおみ）の髪は度重なるカラーチェンジのせいで本物のタテガミと同じくらいにちりちりだった。

あれー何だっけ全然思い出せない、なんかEが入ってた気がするんだけどなー、と言いながら晴臣と手分けして表参道の美容室を検索して、ようやく見つけ出したのはイプシロンという美容室だった。美容師紹介のページでようやく名前を思い出す。そうそう広岡さん。と言いながらすぐに電話を掛けたけれど、今日の予約は取れませんと言われ、明後日の二時に予約を入れた。それから十分後に晴臣が電話をして、明後日二時に、美容師の指定なしでトリートメントとヘッドスパの予約を入れた。

「ねえオミ」

「うん？」

「私、理有（りう）ちゃんに幸せになってもらいたいの。理有ちゃんに、とろけるような幸せを味わいつくしてもらいたい」

「とろけるような幸せって、例えば？」

「何でもいいの。不倫でもいいし、普通の恋愛でもいい。恋愛じゃなくてもいい。仕事でも、アイドルとか、趣味とかでもいい。このために死んでもいいって、何かに思えるようになってもらいたい。多分理有ちゃん、一度もないの。ママ以外のものに夢中になったこと。だからママが死んでからずっと空っぽなんだよ。私のことは大事に思ってるだろうけど、それは理有ちゃんの元彼とかと同レベルの大事で、別に死んでもいいって思えるようなもんじゃない」

「姉ちゃん、ママのために死んでもいいって思ってたの？」

「分かんないけど、とにかく理有ちゃんはママのマニアだったの。多分好きっていうのとは違って、何ていうか、執着心みたいなもので。だからママが死ぬ前の数年は、なんか家の中の雰囲気が変だった。ママはアル中みたいな感じで、多分なんか精神的な病気だったし、そんなママを助けなきゃって必死になってた理有ちゃんと、そんな二人が大好きな私と、ってなんか言葉にするとほんと変だね。私はパパがいなくなって、女の城になったみたいな快感もあったけど、パパがいればあんな雰囲気にならなかったのかもって、今はちょっと思う」

小学生『夢をかなえる』作文コンクール
課題図書を読んで将来の夢とプランを考えよう
10/31(必)締め切り
応募についての詳細はこちら
日本FP協会
日本FP協会 作文 検索

広告特集
企画・朝日新聞社メディアビジネス局

増加するすい臓がん

侵襲の少ない治療と集学的治療でアプローチ

医学が進歩した現代においても、依然として難治がんとされる「すい臓がん」。それでも画像診断や薬剤の進歩により、早期に発見して治癒に至るケースも増えつつあります。藤田保健衛生大学医学部消化器外科学講座の堀口明彦教授に、すい臓がんの現状と治療法についてお聞きしました。

藤田保健衛生大学 坂文種報徳會病院 消化器外科 教授 堀口 明彦 氏

危険因子は「喫煙」「肥満」「過度の飲酒」

すい臓がんは近年、5大がん（胃・大腸・肝臓・肺・乳房）に数えられる勢いで急増しています。大きな理由は、早期発見が難しいこと。すい臓は胃の裏側に位置しており、体に負担のかからない超音波検査（エコー）では、胃内のガスや内臓脂肪に妨げられて鮮明に描出できない難点があります。さらに、すい臓がんは周囲のリンパ節や肝臓、肺などに転移しやすい特徴もあります。

すい臓の内部は中央に「主すい管」が走り、そこから細い「すい管」が網の目のように張り巡らされています。すい臓がんの多くは、そのすい管から発生します。症状は病巣の部位によって異なり、十二指腸に近いすい頭部の場合は黄疸（おうだん）が現れます。がんによって胆管が圧迫されると胆汁の流れが滞り、胆汁が逆流して起こる症状で、肌や白目が黄色味を帯びてきます。一方で症状を自覚しにくいのが、すい尾部のがんです。腹痛や背部痛、体重減少などが現れると、かなり進行した状態であることが少なくありません。

すい臓がんの危険因子は、喫煙、肥満、過度の飲酒です。その他に慢性膵炎や糖尿病もあり、中でも糖尿病はすい臓がん患者さんの約30％が罹患しています。

抗がん剤の進歩により治療成績が少しずつ向上

すい臓がん治療の基本は、病巣の外科的切除です。しかしながら発見された時点ですでに進行しているケースが多く、その場合は抗がん剤や放射線による治療を組み合わせる集学的治療が行われます。実は近年、抗がん剤が目覚ましい進歩を遂げており、選択肢も増えて治療成績が向上しつつあります。実際に転移が抑えられた症例もあり、抗がん剤治療後にがんを切除する「コンバージョンセラピー」という治療法が普及してきています。なお、すい臓にできる腫瘍には、ほとんどが良性という「すいのう胞性腫瘍」もあります。放置すると、がんに移行する可能性もありますが、経過観察もしくは適切に治療すれば治癒できます。

腹痛や背部痛が認められたら、CTもしくはMRI、MRCP検査を受けましょう。すい臓は血糖値を調節するインスリンを分泌しているため、糖尿病の方は血糖コントロールが急に悪くなったら要注意です。家族歴も危険因子に含まれるため、すい臓がんに罹患した近親者がいる方も、定期的に画像検査を受けるようにしてください。（談）

医療法人 光生会 光生会病院
理事長 市川 朝洋　院長 金子 哲也
総合内科・消化器内科・外科・消化器外科・整形外科・眼科・婦人科・放射線科
愛知県豊橋市吾妻町137 ☎0532(61)3166
詳しくは 光生会病院 検索

医療法人 吉田病院
院長 吉田 洋
副院長 永田 淳二
名古屋市千種区大久手町5-19
☎052(741)4187
吉田病院 名古屋 検索

日進おりど病院
予防医学推進・研究センター
愛知人工関節センター
在宅医療センター
病児・病後保育センター
愛知県日進市折戸町西田面110
☎0561(73)7771
http://www.daiikai.jp

UNO hospital
医療法人 鉄友会 宇野病院
理事長 宇野 甲矢人
岡崎市中岡崎町1-10
☎0564(24)2211
www.uno.or.jp

内科・糖尿病内科・消化器内科
外科・リハビリテーション科
おくやしきクリニック
院長 永田 英生
副院長 永田 睦子
岡崎市下青野町奥屋敷39
☎0564(57)5353

医療法人 明和会
辻村外科病院
理事長 辻村 享
愛知県刈谷市井ケ谷町桜島20-1 ☎0566(36)5200㈹
http://tsujimurageka-hp.com/