

一般社団法人 KSHS (キッチンと手術・ホンネで再建の会)について  
— プロフィール —



～ひとりぼっちじゃないよ、いっしょに乳がんにたちむかう仲間がいるよ～



## 一般社団法人 KSHS (キッチンと手術・ホンネで再建の会)について

一般社団法人 KSHS (キッチンと手術・ホンネで再建の会) は、乳がんと言われた日から、手術・治療そして、乳房再建に至るまで、女性としての尊厳を失わず、明るく乳がんと向き合っていくために、代表 溝口綾子が 2009 年、自らの罹患体験を機に立ち上げた乳がん体験者の会です。

私たちが考える KSHS の「ピンクリボン運動」は、「乳がんになったら怖い！死んじゃうかも！おっぱいが無くなっちゃう！」などの不安から患者さんを解放し、乳がんになっても治療を選択し、諦めずポジティブに生きていくための情報発信と、予後の長い乳がんと向き合う生活全般のサポートです。私たちは、乳がん患者となって不安に思う事、一人ではなかなか発することのできない声の代弁者となって、医療者と患者はもちろん、その社会環境に至るまで、全ての人々を繋ぐ架け橋となることを目標に活動しています。

### 代表・溝口綾子 乳がん履歴

2007 年 4 月 乳がん発覚、同 6 月より術前化学療法を開始  
2007 年 11 月 皮下乳腺全摘術・リンパ節郭清術を受ける  
2007 年 12 月 5 年間のホルモン療法開始  
2008 年 8 月 二期一期乳房再建術を受ける

### 「顧問医」(五十音順)

淺野 裕子 先生	亀田総合病院 乳腺科乳房再建外科 部長
岩平 佳子 先生	ブレストサージャリークリニック 院長
佐武 利彦 先生	富山大学附属病院形成再建外科・美容外科 診療科長・特命教授
武石 明精 先生	(社) 乳房再建研究所 理事長
中村 清吾 先生	昭和大学病院 乳腺外科教授 ブレストセンター長
南雲 吉則 先生	ナグモクリニック 総院長
丹羽 幸司 先生	ナグモクリニック 大阪 院長
福間 英祐 先生	亀田総合病院 乳腺科 主任部長
三鍋 俊春 先生	埼玉医科大学総合医療センター 形成外科・美容外科教授
矢島 和宜 先生	医療法人社団蘇春堂 形成外科
山内 英子 先生	聖路加国際病院副院長 乳腺外科部長 ブレストセンター長
山口 悟 先生	ナグモクリニック 名古屋 院長
吉田 和彦 先生	東京慈恵会医科大学 葛飾医療センター病院長



## これまでの主な活動

### ◆ KSHS 全国大会

乳腺外科・形成外科をはじめ、乳がん治療から乳房再建に関わる各診療科の先生方から、最新の医療情報を提供いただき学ぶとともに、医療者と患者がホンネを語りあう、トークセッションやワークショップなどから構成される参加型イベント

第1回	2011年	7月	ゲートシティー大崎	参加者： 300人
第2回	2012年	7月	ゲートシティー大崎	参加者： 360人
第3回	2013年	7月	ゲートシティー大崎	参加者： 500人
第4回	2014年	8月	よみうり大手町ホール	参加者： 400人
第5回	2015年	7月	ゲートシティー大崎	参加者： 400人
第6回	2016年	7月	ホテルJALシティ田町 東京	参加者： 400人
第7回	2017年	7月	日本通運 本社ビル	参加者： 420人
第8回	2018年	7月	都市センターホテル	参加者： 360人
第9回	2019年	7月	AP 新橋	参加者： 300人

### ◆ KSHS 乳房再建セミナー（参加者： 30～100人）

第一線で活躍される先生方から各専門分野を中心とした乳房再建について講演いただくセミナー

第1回	2009年	2月	武石 明精 先生	(社) 乳房再建研究所 理事長
第2回	2009年	5月	三鍋 俊春 先生	埼玉医科大学総合医療センター 形成外科・美容外科教授
第3回	2009年	8月	佐武 利彦 先生	横浜市立大学付属 市民総合医療センター 形成外科
第4回	2009年	11月	矢形 寛 先生	埼玉医科大学総合医療センター ブレストケア科教授
第5回	2010年	2月	岩平 佳子 先生	ブレストサージャリークリニック 院長
第6回	2010年	5月	浅野 裕子 先生	亀田総合病院 乳腺科 部長代理（乳房再建担当）
第7回	2010年	8月	福間 英祐 先生	亀田総合病院 乳腺科 主任部長
第8回	2010年	11月	IOPBS（国際乳房腫瘍形成外科学会）	アジア患者大会
第9回	2012年	2月	山内 英子 先生	聖路加国際病院 乳腺外科部長 ブレストセンター長
第10回	2012年	11月	矢島 和宜 先生	医療法人社団蘇春堂 形成外科

## ◆ 健康塾 (幅広い内容の健康セミナー)

第1回	2011年	2月	濱田 篤郎 先生	東京医科大学教授 渡航者健康管理センター	鳥インフルエンザから 今何が起こっているか
第2回	2011年	5月	川口 崇 先生	東京薬科大学 薬学部教授	みんなで学ぼう 乳がんの薬物療法
第3回	2011年	11月	安田 充 先生	ナグモクリニック 婦人科医師	婦人科ガンと婦人科検診

## ◆KSHS プレキャン BREAST CANCER MEETING

「目からうろこ！乳房再建のここが知りたい！乳房再建のホントの話！」

乳房再建のスペシャリストの先生と少人数で、ぶっちゃけミーティングをしませんか！

再建体験者の方から体験を聞いたり、再建したお胸を見て触れる“体感会”もあります。

第1回	2018年	3月	小宮 貴子 先生	東京医科大学形成外科学分野 講師
第2回	2019年	2月	富田 祥一 先生	JCHO 東京新宿メディカルセンター形成外科部長
第3回	2019年	11月	林 明辰 先生 岩平 佳子 先生	亀田メディカルセンター乳腺科 医長（リンパ浮腫担当） プレストサージャリークリニック院長
第4回	2020年	3月	岩平 佳子 先生	プレストサージャリークリニック院長

## ◆ 乳房再建インプラント保険適用署名活動

全国から12万人以上の署名を集め、中村清吾先生（昭和大学病院 乳腺外科教授・乳癌学会長）とともに2012年、厚労相へ陳情。その活動が後押しとなり、ついに中医協に承認され、2013年・ラウンド型、2014年・アナトミカル型の乳房再建用インプラントが保険適用となる

## ◆ スモールミーティング（通称：スモミ）

乳がん患者同士のおしゃべり会（参加者：5～20人）

★ 2011年3月～2019年1月 ナグモクリニック東京院内で週2回開催

★ 2014年4月～亀田京橋クリニックにて月1回開（KKS）

★ 2017年3月～昭和大学旗の台病院にて月1回開催（ひばば）

## ◆ MHT（メディカル ミステリー ツアー）／ カミツレの里 宿泊バスツアー

MHT：行き先は当日まで秘密のバスツアー・医師と患者の垣根を越えた楽しいイベント  
(参加: 顧問医3人 患者40人)

カミツレ：カミツレの花が咲きみだれる北アルプスに囲まれた豊かな自然の中で懇親を深め  
“健康的に美しくなる”をテーマとしたバスツアー  
マンマチラー委員会（NPO 法人女性医療ネットワーク）との合同企画

### MHT

- ★ 第1回 2011年 1月 伊豆
- ★ 第2回 2012年 3月 奥入瀬
- ★ 第3回 2013年 3月 鴨川
- ★ 第4回 2014年 4月 水上
- ★ 第5回 2015年 4月 那須湯本
- ★ 第6回 2016年 2月 三浦半島
- ★ 第7回 2017年 3月 河口湖

### カミツレ

- ★ 第1回 2013年 5月
  - ★ 第2回 2013年 11月
  - ★ 第3回 2014年 5月
  - ★ 第4回 2015年 5月
  - ★ 第5回 2015年 10月
  - ★ 第6回 2016年 5月
  - ★ 第7回 2016年 10月
  - ★ 第8回 2017年 5月
  - ★ 第9回 2017年 11月
  - ★ 第10回 2018年 5月
  - ★ 第11回 2018年 11月
  - ★ 第12回 2019年 5月
  - ★ 第13回 2019年 11月
- ☆アクティビティー：呼吸法・ヨガ・花摘み  
・田植え・座禅・薪割り・かまど焚き etc.

## ◆ きれい塾

各分野の第一線で活躍している方々を講師に招き、乳がん体験者であってもキラキラと女性らしく過ごすためのお役立ちセミナー

### ★ メイクアップセミナー（不定期開催）

自身の乳がん体験を踏まえ化学療法中のメイクや悩みに応えるセミナー

### ★ カラーコーディネイトセミナー（不定期開催）

色や香りの持つ癒しのパワーを利用して元気を感じていただくセミナー

### ★ きれいセミナー（不定期開催）

体の中からもきれいに！を提唱し、食にアプローチしたセミナー

### ★ きれいカッコイ～！からだづくり

フラダンス／筋トレストレッチ

「内面の健康は外観にあらわれる、かっこいいカラダは究極の健康をつくる」を  
テーマに、仲間と共に楽しく体調と体型の向上を目指すプロジェクト

### ◆ フォトカード「re-bust」 撮影・制作・販売

「乳房再建を治療のゴールに」を掲げ、乳がんになっても乳房と笑顔を取り戻し、明るく生きていることを発信するツールとして、KSHS の仲間の乳房再建の写真に必要情報を載せたメッセージフォトカードを制作。その活動は、週刊誌・TVなど多くのメディアで取り上げられている。

これまで、2011年・2013年・2016年の3回制作している。

### ◆ ピンクリボンウォーク 参加

乳がんの定期検診受診・早期発見/早期治療の啓発活動を行う

★ 2013年 3月 KSHS として参加

### ◆ “からだフェス” 出展

2011年・2012年・2014年と開催

発足人である女優 松田美由紀のトークショーやテレビ・雑誌等で活躍中のスーパードクターによるトークセッションとワークショップ

楽しみながら、日々取り入れられる健康法を提唱するイベント

★ 2013年5月 ブース出展 一般の方への乳がん検診啓発活動を行う

★ 2014年9月 ブース出展 一般の方への乳がん検診啓発活動を行う

### ◆ ピンク クリスマス パーティ：キャンコレ（キャンサーギフトコレクション）

ピンクリボン運動の促進と乳がん体験者を激励する機会として2015年より開始

乳がん体験者が自らを磨き、モデルを行う本格的なファッショショーンショー：

キャンサーギフトコレクションとクリスマスパーティーの開催

★ 2015年12月 ザ・リツカールトン東京

★ 2016年12月 ザ・リツカールトン東京

★ 2017年12月 恵比寿アクト・スクエア

★ 2017年12月 ザ・リツカールトン大阪/IZA PINK CHRISTMAS キャンコレ

★ 2018年12月 ザ・リツカールトン大阪/IZA PINK CHRISTMAS キャンコレ

★ 2019年12月 ザ・リツカールトン大阪/IZA PINK CHRISTMAS キャンコレ

### ◆ with you 小江戸

★2016年 10月 ブース出展

★2017年 10月 ブース出展

★2018年 12月 ブース出展

## ◆ 日本乳房オンコプラスティックサージャリー 第2回総会

- ★ 2014年10月 ブース出展/市民講座開
- ★ 2019年10月 患者参加イベント企画運営参加

## ◆ 日本乳癌学会

- ★ 2015年7月 ブース出展/イベントトークショー出演
- ★ 2016年7月 ブース出展

## ◆ Pink Beauty Party

フリー雑誌「PINK」発行 Run for the Cure 主催ビューティイベントにて、乳がんセッションを開催し、「乳がんになっても美しく」のメッセージを発進。

- ★2016年5月 乳がんセミナー：三鍋敏春先生とセッション
- ★2017年5月 乳がんセミナー：小宮貴子先生とセッション
- ★2018年6月 乳がんセミナー：草野太郎先生とセッション
- ★2019年6月 乳がんセミナー：富田祥一先生とセッション

## ◆ メディア

- ★ 2013年6月 読売新聞（乳房再建に保険適用） 溝口綾子コメント掲載
- ★ 2013年6月 日経プルミエ（乳房再建体験記） 溝口綾子インタビュー掲載
- ★ 2014年4月 女性セブン（re-bust 取材） 溝口綾子インタビュー掲載
- ★ 2014年7月 日経新聞（働く女性の病気） 溝口綾子コメント掲載
- ★ 2014年8月 毎日新聞（人模様） 溝口綾子インタビュー掲載
- ★ 2015年3月 AERA（医療難民にならない） 溝口綾子インタビュー取材
- ★ 2015年12月 週刊女性（re-bust 取材） 溝口綾子インタビュー掲載
- ★ 2015年10月 地域新聞ショッパー（乳がん体験） 溝口綾子インタビュー取材
- ★ 2016年1月 STORY（がんサバイバー特集） 溝口綾子インタビュー取材  
(他 TV・インターネット等 取材多数)
- ★ 2017年1月 共同通信（乳房再建の現状取材） 溝口綾子コメント掲載
- ★ 2017年3月 婦人画報（乳がん特集取材） 溝口綾子インタビュー掲載
- ★ 2017年3月 東京新聞（乳房再建の現状取材） 溝口綾子コメント掲載
- ★ 2017年8月 「NHKきょうの健康」  
あなたのための 乳がん大解説「手術と乳房再建」 溝口綾子出演



## 今後の活動について

乳がんは、女性特有疾患のなかでも今や 10 人に 1 人が発病する、罹患率が高い病気で、罹患してから治療終了まで、予後の付き合いが最も長いがんと言われています。

乳房の喪失は、精神的なダメージだけでなく、身体バランスが崩れるなどの物理的な阻害要因となります。審美的見地だけでなく、機能的にも再建を望む女性が多い一方、一般社会の乳房再建に対する不理解は家族やパートナーにも及び、再建術に対して消極的にならざるを得ない女性も少なくありません。

こうした状況下にあって、従来のピンクリボン運動で推進されている乳がんの早期発見、早期診断、早期治療の啓発はもちろんのこと、乳がん治療は病巣の治療で完結するのではなく、乳房再建までを視野に入れた一連の治療が必要であることを、広く認知・理解していただくことが急務と考えます。

私たちはこれからも、がんを宣告されて混乱の最中にいる人や、乳房切除の喪失感に苦しむ人たちに、乳房再建を治療の最終目標に掲げ、「乳がんになっても、共に自信と希望をもって明るく生きていく道がある」というポジティブなメッセージを発信し続けてまいります。そして、乳がん患者の若年齢化に伴う、恋愛・結婚・出産・就業など、若い患者さんたちが直面する様々な問題にも、アドバイスや回答ができるよう、顧問医をはじめとする先生方のご協力を得ながら、取り組んでまいりたいと思います。

近年、芸能人の乳がん報道が増えてきています。益々、乳がんへの関心が高まる中、更なる活動の必要性を自覚し今後も一般社団法人 KSHS は、よりよい人生のために乳がんサバイバーとしてできる事、乳がんサバイバーだからこそできる事を模索しながら、明るく前向きに挑戦してまいります。

皆様の、温かい、ご理解、ご協力、ご支援をいただければ幸いです。  
今後ともどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

2020 年 6 月 吉日

一般社団法人 KSHS 代表理事 溝口 綾子

〒226-0016  
神奈川県横浜市緑区霧が丘4-17-13  
KSHS 事務局  
E-mail:mizoguchi@kshs.tokyo  
URL:<https://www.kshs.tokyo>