



## 口の中のできもの 口腔がんを疑う例も

舌や歯茎などにできる口腔(こうくう)がんが増えています。近年は20〜30代の若い世代の発症が目立ちます。治りにくい口内炎など、口の中の危ないできものを見分けるコツや治療法を専門家に聞きました。

(4月4日付日本経済新聞より抜粋)

◆20〜30代も発症増  
口腔がんは口の中にできるがんの総称で、舌がんや歯肉がん、頬(きょう)粘膜がんなどがあります。最も多いのが舌がんで、歯肉がんも合わせると全体の約8割を占めます。50歳以降の発症が多く、高齢化に伴い患者数が増えています。

近年は若年層の発症も少なくありません。東京歯科大学口腔がんセンター長の野村武史さんは「以前は高齢男性の病気がみなされていたが、若年層や女性の患者も増えている」と説明します。40歳未満の発症は「30年ほど前と比べると10倍ほどに増え、口腔がん患者の約10人に1人に相当する」。

口腔がんの2大危険因子は長年の飲酒や喫煙とされますが、若年層には該当しない例も多いといます。原因として考えられるのが小さい顎です。「歯列が内側に傾いて舌に当たったり、舌をかんだりしやすい状態がよく見られる(野村さん)。年単位の持続的な刺激が、がんにつな

がる可能性があるといえます。

口腔がんは外から見えない場所にできません。ただ、初期は単なるできものと見間違えやすく、口内炎だと思っていれば舌が当たった、という例も多い。がんとそうでないものはどう見分けたいのでしょうか。

野村さんは「初期症状は専門家でも判別が難しいことの上で、一般的に口内炎は形が丸く周囲との境界が比較的はっきりしていて、表面は均一的だと話します。口腔がんは表面がザラついて不均一で、白かたり赤みが強かったりします。痛みはないことがほとんどです」。

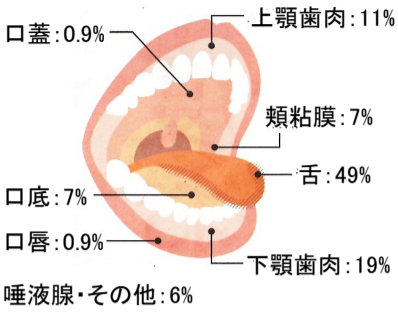
舌や頬の粘膜が白くなる「白板病」は前がん病変で、将来がんに進む可能性があります。野村さんは「口内炎なら2週間以内で治る。なかなか治らない腫れやしこり、ただれ、傷などがある場合は早く歯科や耳鼻咽喉科を受診して」と強調します。

### ◆長引けば早期受診を

歯茎に白っぽいおできのようなものができて、長期間消えないことがあります。小西歯科医院(東京・新宿院長の小西昭彦さんは「口腔がんを心配する人もいるが、歯の根の先にたまった膿が原因のことが多い」と話します。虫歯などで歯の根元の先端に感染が起こると白血球が集まって細菌を退治します。白血球の

### 口腔がん、約8割が舌と歯肉に

#### 口腔がんが得意な部位



(注) 2020〜24年に東京歯科大学口腔がんセンターで治療を受けた口腔がん患者582人の内訳

### 口の中のこんな症状に要注意

- ☑ 白いできものがある
- ☑ 赤色の傷やただれがある
- ☑ 硬いしこりがある
- ☑ 口内炎が2週間以上治らない
- ☑ 傷がなかなか治らない
- ☑ 歯や入れ歯が舌や粘膜に常に当たって傷になっている

心当たりがあれば  
早く歯科や耳鼻咽喉科へ



### こんな歯茎のできものも

がんではなく、歯の根の先の膿が原因。他に歯周病や歯の根が折れる歯根破折で膿瘍ができることもある



### 口腔がんを予防しよう

- 歯科を半年に1回は受診し、歯だけでなく口腔粘膜の状態もチェックしてもらう
- 舌や頬の粘膜が傷つかないように、合わない入れ歯や被せ物、虫歯を治療する
- 自治体や歯科医師会主催の口腔がん検診の受診も
- 口の中を清潔に保つ
- 喫煙や飲酒を控える
- 口の中に異常がないか、自分でも時々点検する



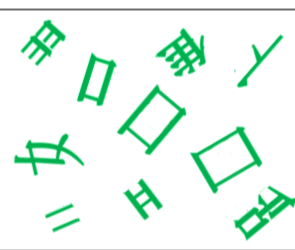
### ばらばら漢字クイズ

4文字の漢字をいくつかの部分に分け、ばらばらにしました。元の言葉は何かわかりますか? 答は次号。

ほんのうぼだい

前号の答: 煩惱菩提

(煩惱は悟りを得るための邪魔になるが、



### ネモフィラ(ひたち海浜公園)



### 子育て新制度

#### 社会全体で 応援

新年度がスタートし、社会保障の制度が変わりました。社会全体で子育てを応援するための保険料徴収が始まりました。高齢者の就労を後押しする年金の見直しもあります。

(4月4日付読売新聞より抜粋)

#### ◆上乗せ徴収

徴収が始まるのは「子ども・子育て支援金」で、子育てにかかる費用の一部を、全世代の国民と企業が負担する仕組みです。少子化で深刻化する中、希望する人が子どもを持ち、安心して子育てできる環境を作る狙いがあります。

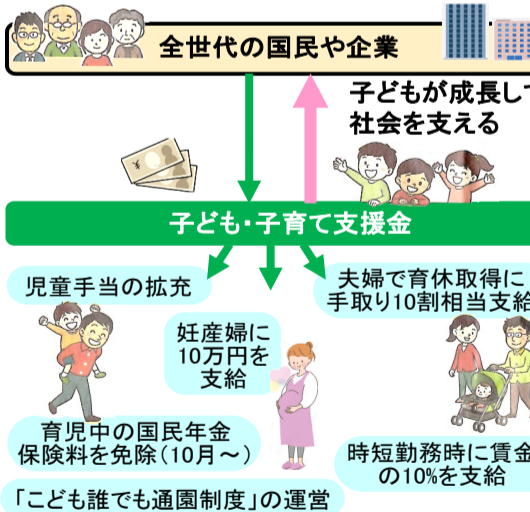
支援金は、公的医療保険の保険料に上乗せする形で徴収されます。負担額は、国民健康保険や後期高齢者医療制度など加入する医療保険の種類や年収によって異なります。

#### ◆誰でも通園

健康保険組合など、会社員や公務員らが入る「被用者保険」の場合、被保険者1人あたりの平均は月5000円で、年収が多い人ほど高額です。年収400万円では384円、800万円では767円、1000万円では959円となります。4月分が、5月の給与から天引きされます。保険料は労使折半で負担するため、企業も従業員と同額を納めます。

支援金の使い道は、▽児童手当の拡充▽妊産婦に計10万円の給付▽夫婦で育児休業を取得した場合に手取りを10割相当に引き上げる給付――など子育て世代の金銭的な負担を軽減するための事業費です。児童手当は親の所得制限が撤廃された上、支給期間が18歳になった年度末までに延びています。

### ★子ども・子育て支援金の仕組み(イメージ)



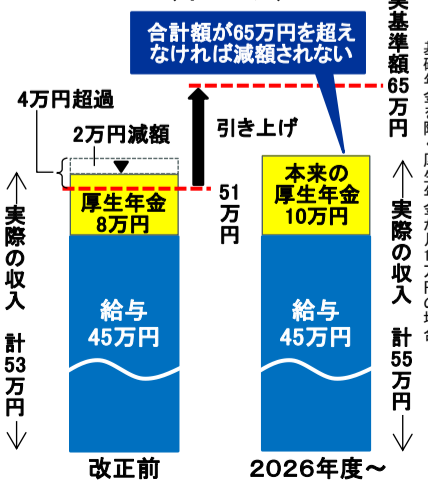
### ★2026年度「子ども子育て支援金」の負担額

被用者保険	
会社員ら	
年収	1人あたり
200万円	192円
600万円	575円
1000万円	959円

被用者保険	
自営業ら	
年収	1人あたり
100万円	50円
200万円	400円
300万円	650円

※こども家庭庁の試算に基づき作成

### 在職老齢年金基準額引き上げ(イメージ)



4月からは、基準値(65万円)を超えないため、年金は本来の10万円のままで、実際の収入も55万円になります。減額を心配せずにより多く働けるようになりました。6月15日に振り込まれる「4、5月分」の年金から適用。

### 在職老齢年金 見直し恩恵20万人

65歳以上で厚生年金を受け取りながら働く人は、給与と年金の合計額が一定額(基準額)を超えると年金が減額されます。「在職老齢年金」という仕組みによるものです。シニアの働く意欲を損なわないよう基準額が4月から引き上げられ、年金を全額受け取れる人が増えました。

具体的には、賞与を含めた給与の月額と、基礎年金を除く厚生年金(報酬比例部分)の月額の合計が基準額を超えた場合、超過した分の半額の年金が支給されませんでした。基準額は51万円でしたが、65万円に改正されました。例えば、給与45万円と厚生年金10万円の計55万円の人は、これまでは基準額(51万円)を4万円超えていたため、年金は半額の2万円が減額され、実際の収入は53万円でした。