

活動のご案内

2023 - 2024

がん患者さんの
社会復帰を支援する



患者さんの心を助け、 希望に繋がりたい



認定NPO法人5years 代表
大久保 淳一

1964年長野県生まれ。42歳の時が
んを発症するが、6年後に100kmマ
ラソンに復帰。その後、会社を辞め
2015年に5yearsを設立・運営。妻
と2人の子供と一緒に東京在住。

はじめまして。

「日本最大級」のがん患者支援団体 認定NPO法人
「5years」を運営しております大久保淳一です。

私は17年前に精巣がんを患い、一時死線をさまよ
いました。しかし奇跡的に一命を取り留め、社会に復
帰できました。復帰後、生かされた者としての社会的
使命を感じ、当時勤めていた外資系投資銀行を退職し
て、2015年から5yearsを設立・運営しております。

5yearsの取り組み

- がんの後、元気に社会に戻った人たちの
プロフィール情報のご提供
- 治療中の患者さんの質問・悩みに
経験者たちが答える仕組みのご提供

これらの取り組みは闘病中に私が強く欲したもので、
似た仕組みが欧米（英語圏）にあります。日本には
存在しませんでした。自分と同じ病を先に経験した人
たちとネットで繋がり、相談にのってもらい、生活課
題を解決する仕組み。5yearsは、がん患者さんの社
会復帰を支えるインフラなのです。

お陰様で運営を開始して以来、登録者（がん患者、
がん経験者、患者家族等）は順調に増え、現在
25,000名（2024年9月時点）を超える国内最大級
のがん患者支援団体になりました。

私たちが目指すのは、がん告知を受けた患者さんが
「5years」を訪れると、自分と同じ（がん種類、病
理・進行ステージが同じ、受けた治療が同じで年齢・
職業までも近い）状況の経験者と出会う、そんな
巨大なコミュニティ。もし実現できたら、個々が必要
とする体験情報が手に入り、多くのがん患者さんとご
家族が救われます。来年は3万人を超えると見込んで
おります。

社会事業への挑戦

- 寄付・協賛・スポンサー企業の募集

是非とも当団体の活動をご支援頂き、多くのがん患
者たちの社会復帰を一緒に支えて頂けると幸いに存じ
ます。そして、「がんになっても、人生は終わりでは
ない」というこの事実を、患者さん・ご家族、そして
社会に示していこうではありませんか。

5yearsは
2021年10月に
“認定NPO法人”に
昇格しました！



みなさまのご支援のおかげで、5yearsは2021年
10月に通常のNPO法人から、「認定NPO法人（認定
特定非営利活動法人）」に昇格することができました。

合格率2%という狭き門をくぐり抜け、認定NPO
法人と評価されたため、支援して下さる皆さんにも、
私たちにも、双方にメリットがあります。

認定NPO法人になることで
受けられるメリットって？

寄附金への税の優遇制度があります

- 個人 所得控除 or 税額控除により所得税が控除に
- 相続人 寄付分は相続税が非課税に
- 法人 「損金算入限度額」が拡大

※ 個人のかたは、更に住民税が控除される可能性があります。

▶ 詳しくは内閣府HPへ

<https://www.npo-homepage.go.jp/kifu/kifu-yuuguu/houjin-kifu>

5yearsへの社会的な信頼が増します

2024年7月31日現在、NPO法人は全体で49,719法人。この
うち「認定」はわずか1,289法人（内閣府HPより）。認定され
たNPO法人の割合は全体の約2%という状況です。公益認
定基準というハードルをクリアし、認定NPO法人に選ばれ
たことで、社会的信頼度が通常のNPO法人よりも高いとい
うお墨付きを得ました。

ネットを利用した5yearsの支援活動は
止まることなく、拡大・発展し続けています

Power of 5years

5yearsが患者さんのために提供している仕組み

同じがん経験者を見つけられる

プロフィール情報の提供

総登録者数

25,751 人



【登録者内訳】

治療中12,918人／治療終了3,332人／患者家族7,377人
【プロフィール内容】
病気情報／治療情報／リハビリ／現在の状況

悩み・質問に経験者が答えてくれる

みんなの広場

総回答数

6,678 回答



【相談内容】

会社復帰・生活復帰／体調の変化／後遺症との付き合い方／
気持ちのコントロール／抗がん剤副作用／
同じ病気の人の体験／美容・ウィッグ／家族の在り方 ほか

友達・同志を見つけられる

ネット上での友達承認

友達総数

34,635 組



友達申請して承認されると友達の投稿が
自分のダッシュボードに掲載されます。
さらに、テレビ電話で話すことも容易になります。

近況を報告し合い、つながる・励ます

近況の投稿・共感の送受信

総投稿数

139,650 件

共感送信数

5,718,208 送信

【投稿内容】

生活／治療／家族ほか

1ヶ月に2500件以上の近況投稿があり、
10万件に及ぶ共感が交わされています。
これこそ『日本最大のがん患者コミュニティ』たるゆえんです。

設立9年を機に振り返る、5yearsのあゆみ

2015年に「5years」が誕生し、9年が経ちました。がんという病の5年生存率にちなみ名付けましたが、それは「5年後、みんな元気に社会に戻ってほしい」という願いからでした。

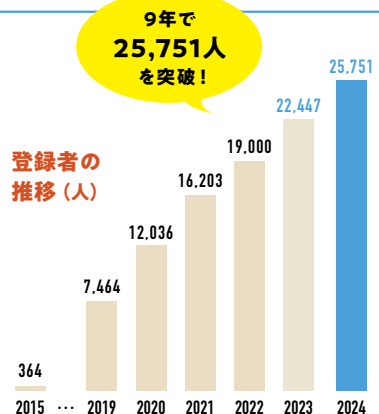
今、登録者が2.5万人を超える巨大な「がん患者支援組織」になり、5yearsの役割はとても重要になっています。

今後は更に活動の場を広げ、登録者10万人を支える組織を目指したいと思っています。そして、がん以外の病気も扱う広範囲な患者コミュニティを作り上げたいです。

皆さまには、是非、引き続きのご支援をお願い申し上げます。

2024年9月
代表 大久保 淳一

登録者の
推移(人)



Voices

5years登録者
(がん患者、経験者、患者家族)の声



磯部貴恵さん (40代 胃がん)

がんから26年。5yearsは私が生きてきた年月を肯定してくれました。世代や性別を超えてリスペクトし合える仲間に出会える場所です。



村山美由紀さん (60代 乳がん)

支え合い応援し合える仲間。治療を乗り越えた先輩の経験。欲しかったものがここにはある。希望と勇気が湧いてくる5yearsです。



土橋武彦さん (50代 消化管間質腫瘍^{GIST})

10年前がんに罹患した時、周囲に理解されず自分の居場所が見つからず何年も孤独を感じていた。そんな時に5yearsと出会い、同じ経験をした仲間達の生き方に共感。何も恐れず、自分らしく生きようと思えた。仲間達と出会えたことで色々な事に挑戦し、今が一番楽しいです。



東出充志さん (50代 膵臓がん)

ガンになって、家族にも打ち明けられず、一人で不安に押しつぶれそうになった時に5yearsに出会いました。『多くの仲間がいて、一人ではない。安心してガンバロー』という気持ちになりました。



山田富子さん (50代 卵巣がん)

がんになったがまだまだイケる！
5yearsは希望そしてかけがえのない友を与えてくれました。
お陰様で私は今を生きています。



佐藤好生さん (60代 悪性リンパ腫)

罹患発覚後、情報が欲しくて辿り着いた5years。罹患経験者の生の声は私の不安を払拭してくれました。



児島茂夫さん (40代 腎臓がん)

人生最大のショックの中、同じ経験の仲間たちと話す事は、とても心の支えになりました。皆さんキラキラして、楽しく・強く「生きて」いる姿を見て勇気もらっています。素晴らしい運営のおかげで温かいコミュニティとなっています。ありがとうございます。



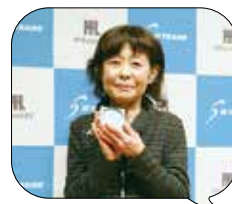
江口留美子さん (60代 子宮体がん)

2年前、予定外の抗がん剤を目前にして動揺する私に5yearsが会いに来てくれました。偶然！必然！一人じゃない、というメッセージに心の底から救われました。



舟木沙絵さん (30代 悪性リンパ腫)

職場では言えない不安や悩みをつぶやける5years。先輩からの応援を力に変えて、頑張ることが出来ます！



中澤陽子さん (60代 乳がん・卵巣がん)

ダブルがん再発もして辛かったときに5yearsを知り、たくさん勇気づけてもらいました。離れていても同じ空の下、繋がっていると元気が出ます。支え合える仲間がいる5yearsは素晴らしいところです。

Media

メディア報道



ネットメディア

「通販生活 がんと生きる」
第3回:2023年9月22日
第4回:2023年9月29日
「わたしの決断物語」
2024年3月22日



新聞

「保険毎日新聞」
2024年8月29日



雑誌

「文藝春秋」
2024年6月号
「労働調査」
2024年8月号

Projects

プロジェクト継続中

ペイシエント・ジャーニー

「早期発見・早期治療促進」の啓蒙プロジェクト

がん経験者たちが、早期発見・早期治療の大切さを伝える啓蒙プロジェクトを開始しました。

イベント「マイヒーロー、マイヒロインに会おう！」

ネット上で繋がった仲間たちとリアルに会えるイベントを、全国各地に展開していきます。

登録者30,000名に向けた広報プロジェクト

広報サポーター名刺を作成し、5yearsご登録者に広報をお手伝い頂く仕組みを導入します。



2023年12月10日(日)
東京プリンスホテル 参加107名

2024年7月7日(日)
ホテル日航大阪 参加100名



クリスマスオフ会に
ようこそ~!



↑5yearsから記念に贈るクリスタルガラス。
仲間と一緒に過ごす時間は格別。美味しいものを
食べて、笑って、活力をチャージできました!!



また次回も
会おうね!



Meets

イベントのご紹介

がんを経験した患者とその家族にとって、
同じ病と向き合い苦難を乗り越えていく仲間は、
同志であり、時としてロールモデルのような存在です。
5yearsのサイトでプロフィール情報を観て繋がり、交流して絆が深まると、
次はリアルに会いたいと感じることは自然です。
2017年度より『マイヒーロー、マイヒロインに会おう!』として
リアルに会える「イベント」を開催しています。
今年度は、対面イベントを2回開催することができました。
ネットで繋がった仲間たちと実際に会えることで孤独感が癒され、
治療後の人生に希望が持てるはずです。



[ご紹介している方々]



関根亜希子さん
(乳がん)

2人の子どもたちが7歳・4歳の時に知らされた乳がん。生きるための決断を繰り返し、新たなキャリアに挑戦。



金内大輔さん
(悪性縦隔腫瘍)

大学生の時に発症した「がん」。その後、再発を繰り返す苦難の13年を乗り越え、公務員試験合格。



依田福恵さん
(乳がん)

恋人をがんで亡くし、絶望している時に見つかった自身の乳がん。それでも前を向き治療を乗り越えてゆく。



三枝幹弥さん
(中咽頭がん)

社長として脂ののっている時に告げられた中咽頭がん。会社、家族を守り、厳しい治療を終え復帰する。

『ファイブイヤーズ プラス』

5 YEARS PLUS

がん経験者たちの闘病記&復帰記

<https://plus.5years.org/>

5yearsを読むためには登録が必要ですが、誰もが短時間で読むことのできるウェブメディアとして、この『5years PLUS』は誕生しました。ここにあるのは「がん」という命にかかわる病気を患い、人生の谷底に突き落とされても、くじけず這い上がり、元気に社会に戻った人たちの感動的なストーリーばかりです。ぜひ、このサイトをお友達・ご家族に紹介してください。そうすれば、「がんの後、元気に社会に戻った人たちの情報」が拡散され、今この情報を必要としている患者さん達に届くはずですよ。「5years」と「5years PLUS」を広めてください。どうぞ宜しくお願い致します。

がん罹患後、
元気に社会に
戻った人たちの
ストーリー



[サイト監修]
高橋 秀明 医師



2009年から国立がん研究センター東病院の肝胆膵内科/先端医療科に所属し、抗がん剤治療を中心としたがん治療に携わる。専門領域は肝胆膵癌。「私は、医師として、多くのがん患者さんの診療に関わってきました。その経験から、5yearsを設立された大久保さんの理念に共感し、お手伝いさせていただいています。」

5 yearsの
兄弟サイト
ご紹介

『ミリオンズライフ』

MillionsLIFE

がん患者100万人のための
生活情報メディア

<https://www.millions.life/>

元気と勇気を
もらえる！
誰でも読める！



5yearsには、がん患者・家族から質問・相談を受ける公開質問「みんなの広場」があります。投稿された質問に対し、がん経験者・家族が自身の体験をもとにコメントを寄せていく掲示板です。実体験に基づく体験情報なのでとても参考になると好評です。Millions Lifeでは、まだ5yearsに登録されていない方へのご参考として、「みんなの広場」の一部をご紹介します。

[主なコンテンツ]

★**ストーリー** がんサバイバー（がん経験者）の方々への取材をもとに書く「闘病記・体験談」を掲載。

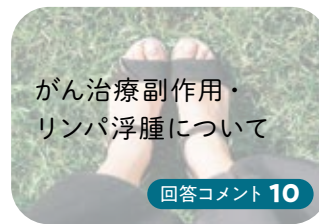
★**インタビュー** がんサバイバー（がん体験者）の方々を取材した、詳細なロングインタビュー記事を掲載。

★**がん経済** がんの治療等で実際にかかった経済的負担（費用）と、生命保険等による給付金についての実例情報を紹介。

★**Q&A** 問に対し、がん経験者たちが自身のがん闘病体験をもとにコメントを寄せていく掲示板の一部を紹介。

公開質問「みんなの広場」に投稿された質問

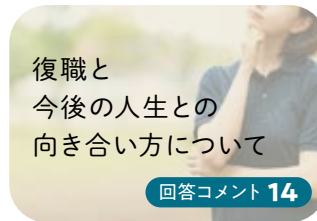
質問数は1,300件、回答コメント数は6,600件を超えます



がん治療副作用・
リンパ浮腫について

回答コメント **10**

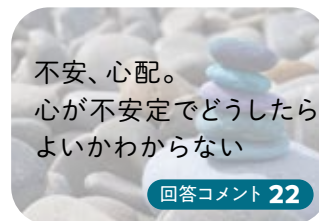
17年前、リンパ節郭清手術を受け、リンパ浮腫のリスクを説明されました。結局、私の場合は浮腫みは出ませんでした。事前にリスク説明を聞くと不安になる患者さんはいると思います。質問された方からの「必要以上に怖がることないですね」というコメントが印象的でした。(代表：大久保)



復職と
今後の人生との
向き合い方について

回答コメント **14**

正解の無い問いに直面したとき、同じ状況下にある人たちから励まされることは大きな「力」になります。ある回答者の投稿が印象的でした。「みなさんの優しい暖かいコメントを読んで泣けました(TT)私が質問したわけじゃないのに、勝手に泣いててスイマセン。。」(代表：大久保)



不安、心配。
心が不安定でどうしたら
よいかわからない

回答コメント **22**

今回の質問者・回答者の方々のコメントの中に「このサイト(=5years)を見つけれられて本当に良かった」とか、「ここ(=5years)には、仲間がいます」といった投稿がたくさんあります。そのことを5yearsを運営している私たちは、とても嬉しく感じています。(代表：大久保)

Supporters

私たちの活動にご賛同いただき、
寄付にご協力してくださった方々にお話を伺いました。



溝本 貴洋 様

代表の大久保さんに前職でお世話になりました。その後、5yearsを立ち上げて、広く活動されている姿にいつもエネルギーをいただいています。



門脇 美砂子 様

5yearsに出会って5年。この場所と仲間に支えられ、私ももうすぐ5year！これからは支える側へ。全力で応援します！



根本 貴子 様

情報交換や交流によって、がんの体験者同士が支え合う5yearsの活動に共感しています。多くの会員や支援者のみなさんとともに、これからも応援していきます。



買取モノ募金・寄付先に選ばれました

買取専門店「買取大吉」が運営する寄付専用サービスです。「モノで寄付する」という新しい寄付形態を取っており、いま、家の中で眠っているモノを買取大吉がお金に換金してNPO法人5yearsに寄付されるものです。

2023年より同社が始め、日本赤十字、ユネスコ、あしなが育英会などの社会的信用度の高い慈善団体100社が選ばれ、私たち「5years」も選ばれました。

ぜひ、お家にある不要なものを寄付してください。買取大吉が中間に入り、要らないモノを買い取り、買取金額100%が5yearsに寄付されます。



買取大吉サイト内の5yearsページ
<https://daikichi-monobokin.jp/2645/>



寄付者様のご支援により
わたしたちの活動は続けられています。
ぜひ、5yearsを寄付で支援してください！



寄付に関する詳しいご説明は5yearsウェブサイト(以下URL)をご覧ください。

https://5years.org/contents/page/donation_intro/

【銀行口座】 以下の3つの口座がお使いいただけます。

みずほ銀行 芝支店 (054)	三菱UFJ銀行 田町支店 (043)	三井住友銀行 三田通支店 (623)
普通 4577956	普通 1170506	普通 8561017
口座名義：トクヒ) ファイブイヤーズ		

【クレジットカード】

以下のカードがお使いいただけます。





わたしたちの未来は、
いつだって輝かしい



<https://5years.org/>



組織概要

理事・監事（2024年8月）
 理事長 久保淳一
 理事 橋元祐三、秀一浩、太田洋祐
 監事 和田太
 事務局 久保淳一、山本晃、石川幸太郎 他
 連絡先 info@5years.org

収益総額（2023年度）¥18,376,301

<内訳>
 寄付金 ¥17,693,582
 その他 ¥682,719

寄付金の主な使いみち：
 システム開発・維持管理、イベントの開催・運営、
 認知度向上・啓発、サロン運営、各種プロジェクト

裏表紙写真/スズキイチロウ

今年度も支えていただきまして
 ありがとうございました。
 これからも5yearsをよろしく願います

2023年度寄付者・支援者の皆さま

〔個人〕

青木哲男 浅川均 朝倉洋 浅野真那人 天野一朗 新井美和子 安藤一貴
 五十嵐里絵 池谷潤 伊古田絵里 石川裕康 猪股宏 岩永忠久 鶴澤慎一
 打桐明美 内田嘉子 内田潔 漆原良一 大久保隆 大久保智洋 太田明子
 太田洋祐 大坪聡子 岡里栄 緒方諭 岡田隆 岡田博紀 奥永俊哉
 尾崎康隆 長田秀樹 峽鶴恵 駕谷幸知 柏浦久雄 柏昌子 加藤一平
 角直美 角谷加奈子 門脇美砂子 金内大輔 金子勝彦 上久保真理子
 加茂勇次 河田信一郎 木村寿克 清原真里 棚田厚 久野喜夫
 久保智 久保主税 後藤寿子 小林剛 今野一成 今野実 坂口哲哉
 坂田菜摘 坂村美穂 佐々木絵未 佐藤真一 佐藤好生 佐藤由美 佐藤康子
 志賀千秋 穴戸聖造 柴崎幸子 島藤諭完 清水健治 清水智恵 下田貴子
 朱思穎 新道直裕 鈴木光一 鈴木裕之 関口尚之 関野栄一 関野寛雄
 関谷恭子 曾田大地 田尾雅子 鷹嘴淳子 高橋鈴子 竹内明子 田子隆至
 多田哲朗 田中雄一郎 田中裕子 田原義夫 玉城希 垂水克己 丹澤大志
 丹治佳代 堤健朗 坪谷和恵 土井宏美 戸倉淳 戸田充俊 中川篤子
 中澤陽子 中谷友紀 仲田雅彦 中村岳嗣 中村民江 成澤勉 新妻純一
 西幸子 根本貴子 野島祥一 野宮博 長谷川隆 畑山拓也 服部裕二
 花野井まりな 林邦良 林繁樹 原健悟 半田高史 樋口光子 日高朗
 秀一浩 平田正憲 平野きくよ 平野たまき 深堀志保 福島健男 福島由裕
 藤森裕司 古川克久 星野典子 星野昌則 星野由紀恵 堀美和 松尾和枝
 松村香 松山泰邦 的場日出加 三國慶太 三角真貴子 溝本貴洋 箕輪博恵
 牟田口玲奈 村山美由紀 目田百合子 本園泰 持田昌典 安田雅乃 山内千鶴
 山田富子 山田泰 山内（田原）美根子 湯谷裕行 吉田大地 吉田信康
 依田昇 依田福恵 依田充彦 和賀豊 和田太 渡邊秀晴（敬称略）

〔法人〕

 ゴールドマン・サックス 証券株式会社	 アクサ生命 アクサ生命保険株式会社	 シンエイ株式会社	 三井化学株式会社
 三井化学ちびつとワンコイン	 株式会社インタートレード	 第一生命保険株式会社	 日本生命 日本生命保険相互会社
	 東京海上日動 あんしん生命 東京海上日動あんしん生命 保険株式会社	 RGA ラインシュアランスカンパニー	

株式会社HMP	一般財団法人健康予防医学財団
有限会社星野ユーティライズ	UK Online Giving
医療法人社団ウイリング	一般財団法人未来2016
公益財団法人健康予防医学財団	パブリックリソース財団
株式会社健康予防医学協会	