



広島東南ロータリークラブ 週報2017年12月11日(第2677回例会)

例会日 月曜日 ANA クラウンプラザホテル広島 Tel. 241-1111
事務所 リーガロイヤルホテル広島13階 Tel. 221-4894
会長 伊藤正樹 幹事 菅 富誉樹



12月は「疾病予防と治療月間」です

本日の例会

スケジュール

- 12:30 点 鐘**
ロータリーソング「我らの生業」
来客紹介 (親睦委員会)
会食
- 12:45 会長時間** (伊藤会長)
幹事報告 (菅 幹事)
委員会報告
・出席報告 (出席委員会)
・その他
同好会報告
S.A.A.
- 13:00 年次総会**
13:30 点 鐘

会長時間

- 連続出席100%会員(12月表彰分)
鳥居比路君 19年 村上賢一君 14年
君島龍輝君 4年 岩垂鈴香君 4年
藤川義雄君 1年* 高西哲郎君 1年*
- ロータリー財団学友(2016-17 グローバル補助金奨学生)
西山秀平さん 離日ご挨拶(ハグ国際刑事裁判所イタリヤ)

幹事報告

- インターシティミーティングのご案内
○ロータリーカレンダー配布

本日のプログラム

- 「年次総会」
次々年度(2019-20)会長の選出
次年度副会長・幹事・会計・S.A.A.・理事の選出

次回例会(12月18日)

- 「新会員スピーチ」
穂北 光宏 会員(三井住友海上火災保険)

お知らせ



米山功労者(第2回マルチプル)表彰
山仲 巖君、古本由美君、成宮正和君、菅 富誉樹君

米山功労者: 個人の特別寄付金の累計が10万円に達したとき、または一度に10万円もしくはそれ以上の特別寄付をされたとき、第1回米山功労者として感謝状が贈られる。第2回~第9回は米山功労者マルチプルとなり、第10回(100万円)~米山功労者メジャードナーとなる。
©2004年迄、30万円寄付=米山功労者であったため、当クラブでは第3回マルチプルまでのご協力をお願いしている。

今後の予定

- ★**柏の実苑クリスマス会訪問**
とき 12月25日(月)10:15~13:00
ところ サンピア・アキ
- ★**広商IAC歳末街頭募金**
とき 12月25日(月)14:00~16:00
ところ 八丁堀ヤマダ電機前(予定)
- クリスマス家族例会・懇親会**
とき 12月25日(月)18:30~
ところ ANAクラウンプラザホテル広島
- ★**インターシティミーティング**
とき 3月11日(日)
14:00-17:00 会議
17:15-18:30 懇親会
ところ リーガロイヤルホテル広島4F
テーマ 「ポリオ撲滅と米山奨学」
~今、私たちにできる事~
- 基調講演講師
独立行政法人地域医療機能推進機構理事長 尾身茂氏
元中華人民共和国駐箚 特命全權大使 丹羽宇一郎氏
- (★はメイクアップ対象会合です)

<他クラブ例会臨時変更のお知らせ>

12/18(月) 広島廿日市 RC → 12/22 夜間例会	12/27(水) 広島東 RC・広島陵北 RC → 休会
12/19(火) 広島西南 RC・広島安芸 RC → 夜間例会	12/28(木) 広島北 RC・広島西 RC・広島安佐 RC → 休会
12/20(水) 広島東 RC・広島陵北 RC → 夜間例会	12/29(金) 広島南 RC・広島城南 RC → 休会
12/21(木) 広島北 RC・広島西 RC・広島安佐 RC → 夜間例会	01/04(木) 広島北 RC・広島西 RC・広島安佐 RC → 休会
12/22(金) 広島南 RC・広島城南 RC → 夜間例会	01/05(金) 広島南 RC・広島城南 RC → 休会
12/25(月) 広島中央 RC → 夜間例会、広島廿日市 RC → 休会	01/09(火) 広島安芸 RC → 夜間例会
12/26(火) 広島西南 RC・広島安芸 RC → 休会	01/15(月) 広島廿日市 RC → 1/11

前回 2017年12月4日例会

卓話「癌と上手につきあいましょう」

伊藤 正樹 会長



癌と上手につきあいましょうという題で卓話をさせていただきます。

といいながら、生涯にわたって癌にかからず過ごせれば一番良いわけですが・・・どうもそれは難しいようです。20歳から50歳代までの年齢別死亡原因は、30歳までは自殺が死亡原因の1位ですが、40歳からは悪性新生物すなわち癌が1位、50歳からは悪性新生物が1位、心疾患が2位となります。55歳からは悪性新生物が1位、心疾患が2位、脳血管疾患が3位となります。

60歳以降も同様の傾向ですが、65歳以降からは肺炎、85歳以降から老衰などが出てきます。65歳から国の補助による肺炎球菌のワクチンが接種されるのはこういうデータに基づいています。したがって、ここにいらっしゃる会員の皆様は癌、心疾患、脳血管疾患の順に注意を払う必要があります。心疾患と脳血管疾患の主な原因は動脈硬化ですから、癌と動脈硬化に対して対策を打つ、65歳以上は肺炎球菌ワクチンを接種しておくこととなります。

男女別各年代の癌にかかる比率ですが、50歳代までは女性の方が癌になりやすく約10%です。子宮癌、乳癌などが20歳代から発生するためです。60歳代からは男性の罹患率が増えていきます。60歳代では男女とも5人に1人、70歳代では男性は2人に1人女性3人に1人、生涯では男性は3人に2人、女性は2人に1人が癌にかかるということです。

人間の細胞はそれぞれ寿命があり、細胞内のDNAがコピーされ新しい細胞が作られます。正常でもコピーミスは日常茶飯事で起こっているわけですが、コピーミスされたDNAを排除する機構もあります。喫煙、飲酒、食事、身体活動、体型、感染などでDNAに傷がつき、コピーミスなど複数の遺伝子変化が重なりがん細胞が発生するといわれています。

そこで癌の予防法です。

今更と思われる方もいらっしゃるでしょうが、がん研究振興財団が提唱しています、科学的根拠に基づいたがんを防ぐための新12か条を紹介します。タバコは吸わない、他人のタバコの煙を避ける、お酒は日本酒なら1合、ビールなら大瓶1本程度まで、バランスと取れた食事で塩分少なめ、野菜は多め、適度な運動、適切な体重維持、ウイルスや細胞の感染予防と治療と定期的な癌検診を

体の異常に気がついたら、すぐに受診を、正しい癌情報で癌を知る事から です。

原因がはっきりしている癌ですが、胃がんは「ピロリ菌」感染が原因！、子宮頸がんは「ヒトパピローマウイルス」が原因！、肝臓がんは「肝炎ウイルス」が原因！、成人T細胞白血病は「HTLV-1」が原因！、皮膚がんは「紫外線」が原因！となります。それと糖尿病の方は癌の発生が多いので気を付けてください。

B型、C型肝炎ウイルスの感染から慢性肝炎、肝硬変、肝臓癌の発生となります。B型肝炎ウイルスは1965年に発見され、日本における保有者は、150万人程度といわれています。主な感染経路が産道感染による母子感染ですが、1985年から免疫グロブリンとワクチンによる予防措置が取られています。したがって、現在32歳以下の感染者はごく少数です。C型肝炎ウイルスは現在の日本の感染者数が約200万と言われています。薬剤肝炎訴訟が有名ですが、血液が主な感染経路で、かつては輸血による感染が大量に発生していました。1989年にウイルスが同定されて以降は、検査体制が確立したため新規の感染者は激減しています。現在は針刺し事故や刺青、覚醒剤注射の回し打ちなどが主な感染経路となっています。このように肝炎ウイルスは将来的には消滅していきませんが、現在の30歳以上の方にはウイルス保有の可能性があるので、1度は肝炎ウイルスも検査を受けましょう。C型肝炎ウイルスは飲み薬で治る時代になりました。B型肝炎ウイルスを排除する良い方法はまだありませんが、肝がん発生を予防すべく専門医のもとでのコントロールが必要です。

ちなみに荒木先生が肝炎ウイルスの専門医です。ヒトパピローマウイルスは性交渉を経験したほとんどの女性に感染し、その1/100 - 1/1000に子宮頸がんが発生するといわれています。12歳前後の女児に感染予防ワクチンを接種することで、7割以上の子宮頸がんが予防できるとの報告があり、中学生1年生に接種が始まりましたが、一部の人に副作用出現したため、現在は積極的推奨差し控えの措置がとられています。海外からは一部の副作用のためワクチン接種推奨を取り下げた日本の対応に、予防できる子宮頸がんを放置する無責任な対応だと非難する声が上がっています。私は自分の娘には接種しました。とりあえず、おとなの女性は子宮頸がん検診を受けましょう。

胃がんの発生の重要な因子と考えられているピロリ菌は、日本人中高年の感染率が非常に高いことがわかっています。年齢別の感染率は、60歳以上で約60～68%、40歳から59歳で59～49%、20歳から30歳で14～35%、20歳以下では感染率は10%以下です。したがって、胃がんは将来的に減少する癌の一つです。すでに感染している人でも、除菌治療を行うことで、癌発生を3分の1に押さえることができます。ピロリ菌の検査をしたことがない人は私に相談してください。

癌による死亡数は男性では、肺がん、胃がん、大腸癌、肝臓癌、膵臓癌の順で多く、女性では大腸癌、肺がん、胃がん、膵臓癌、乳癌、全体では肺がん、大腸癌、胃がん、膵臓癌、肝臓癌の順となります。

癌の罹患数では、男性では胃がん、肺がん、大腸癌、前立腺癌、肝臓癌、女性では乳癌、大腸癌、胃がん、肺がん、子宮癌、全体では胃がん、大腸癌、肺がん、乳癌、前立腺癌の順となります。男性

では前立腺癌、女性では子宮癌が罹患数は多いが、治療効果が期待できる癌といえます。

国ですすめる有効ながん検診ですが、まず、胃検診ですが、50歳以上で、胃のレントゲンまたは内視鏡を2年に1回となっています。私は、まずピロリ菌の保菌者かどうかを調べ、少なくとも保菌者は毎年胃内視鏡を行うべきと考えます。内視鏡で切除できるより早い時期のがんを見つけるためには、レントゲン検査は力不足です。

子宮頸部は視診、内診、細胞診などで20歳以上・2年に1回です。子宮体部癌、卵巣癌は内診のみでは難しいので、私どもでは膣内エコーを行っています。乳癌は問診とマンモグラフィ、40歳以上、2年1回です。触診は診断に難があるとのことで、除外されました。私どもでは乳腺が発達した方にはエコーやMRIを勧めています。

肺がんは問診、胸部レントゲンと喫煙経験者のみ喀痰細胞診を40歳以上・年1回となっています。小さな病変の発見には胸部レントゲン検査は無効です。肺がんは死亡率が男性で1位、女性で2位となっているのは早期発見ができていないことが大きな理由です。私は特に喫煙者には2年に1回のCT検査を勧めています。

大腸癌ですが、便潜血検査を40歳以上・年1回となっています。便潜血が陽性であれば大腸内視鏡を行います。内視鏡で切除できる早期癌では便潜血検査の陽性率が25%といわれています。便潜血検査では内視鏡で切除できる早期癌の発見は難しいので、私は2-3年に1回は大腸内視鏡を受けることを勧めています。

双子の息子さんが誕生した時、吉岡さんから90歳まで健康で過ごせるよう主治医として計画を立てるよう相談を受けました。そこで考えたのが、吉岡さんが90歳まで健康で過ごせるためのプロジェクトです。ほぼ実行していただいています、発表するのは初めてです。

1. 人間ドックを毎年受ける。
2. 肝炎ウイルス、ピロリ菌などの危険因子を調べる。(すべて陰性でした)
3. 前立腺癌の腫瘍マーカーPSAを年1回調べる。
4. 夜遅くまで、酒席に付き合わない。お肉ばかり食べない。
飲酒量は少なめにし、喫煙者と同席しない。
5. 毎年、胃と大腸の内視鏡検査を行う。
6. 2年に1回、胸部と腹部のCT検査を行う。
小さな肺がんや、膵臓、胆嚢、小腸、悪性リンパ腫、まれな癌などでもできれば見つけるため。ほとんどの癌は首から陰部までの間に発生しますので、その範囲をすべてカバーします。
7. 2年に1回、河野先生のところで脳MRI・MRA検査を受ける。
8. DNA検査、アミノインデックス、マイクロアレイ、マイクロRNAなど新しい癌の検査で信憑性があるものが出てくれば、積極的に行う。
9. 肺炎球菌ワクチンやインフルエンザワクチンなどは受ける。
10. 癌の1つや2つは、やっつけてしまう。
11. 今まで通りゴルフとロータリー活動を積極的に続ける。

皆さんも参考にしてください。

12月4日 累計：772,122円 (本例会 52,000円)



○大濱絃三・高橋 潔・成宮正和・林 良一・渡邊直樹・脇賢治・藤元秀樹・赤川 浩二・荻田玲子・品川晃二・胡 定晃・穂北光宏：12月に誕生日を迎えられる方、おめでとうございます。(各1口、12口)

○岩井正喬：本日、弊社の東京支店を開設することができました。お客様と社員の努力に感謝・感謝です。(10口)

○妹尾年朗：①11月25日に長女が東京で結婚式を挙げました。ようやく半分肩の荷が下りました。

②11月29日に(株)インタフェースの株主総会があり、社長の國司が代表取締役会長&CEOに、私が代表取締役社長&COOに就任いたしました。今後とも皆様のご指導を宜しくお願い申し上げます。(5口)

○小杉真澄：皆様のボックスに、館内6レストランでご利用いただける、グルメクーポン券のパンフレットを入れさせて頂きました。10,000円で2,000円分のプレミアム券がついて12,000円分ご利用いただける、グルメクーポン券です。ご利用いただけるのは来年の1月～6月までですが、とてもお得なクーポン券で1,000枚限定で販売いたしますので是非この機会にお買い求めください。(3口)

○中脇令子：弊社は創業70期、私の代になって10期目を迎えております。突然の引き継ぎで心の準備の無いままの引継ぎでしたが、今頃になってやっと冷静に受け止められるようになりました。東南ロータリーの皆様にもご指導頂いたり励まして頂いてありがとうございます。これからも宜しく願いいたします。(3口)

○要田昭治：12月2日、YMCAにて「スペシャルオリンピックス日本・広島設立20周年記念式典」が開催され、参加して参りました。元大関、小錦八十吉ご夫婦のトークや子ども達のフラダンスで盛り上がり、楽しい時間でした。(1口)

○尾立道泰：11月11日に創業40周年を迎えました。先週、広島商工会議所で永年表彰をして頂きました。(1口)

○佐々木誠：11月23日、松井市長も出られた高校別対抗ゴルフコンペで我が高校がみごと優勝して校歌を唄いました。私は何も貢献できませんでしたが。(1口)

○林 良一：今日は、私の誕生日です。(1口)

○要田会員がSAAに寄贈して頂いた、オリンピックグッズのチャリティーオークションの結果は、以下の通りです。ポロシャツ→中村伸弘会員 (3口) ピンバッジ→枝村会員・早田会員・衣笠会員・品川会員・佐々木誠会員・田上会員・高西会員・脇会員・吉田範子会員 (各1口・合計9口)

○帰るボックス：(3口)

2017年11月のまとめ(会合出席)

年度初会員数 100名
 先月末会員数 99名
 11月入会 0名
 11月退会 0名
 11月末会員数 99名

- ①11/06 理事役員会
- ②11/11 R Y L A
- ③11/13 長期ビジョン検討特別委員会
- ④11/22 第1回経営研究会

	氏名	例				①	②	③	④		氏名	例				①	②	③	④
		6	13	20	27							6	13	20	27				
1	荒木康之	◎	◎	◎	◎					56	中村伸弘	◎	◎	◎	◎				
2	天野國幹	◎	◎	◎	◎					57	中谷一彌	◎	◎	◎	◎				○
3	赤川浩二	◎	◎	◎	◎					58	成宮正和	◎	◎	◎	◎				○
4	荒木浩幸	◎	◎	◎	◎					59	中脇令子	◎	◎	◎	◎				
5	武士末修	◎	◎	◎	◎			○		60	中畝將博	◎	◎	◎	◎				
6	馬場崎好美	◎	◎	◎	◎					61	大濱紘三	◎	◎	◎	◎				○
7	土肥雪彦	△	△	△	△					62	荻田玲子	◎	◎	◎	◎				
8	旦康次郎	◎	◎	◎	◎					63	岡本幸士	◎	◎	◎	◎				
9	檀上敏郎	◎	◎	◎	◎					64	大井克元	◎	◎	◎	◎				○
10	胡定晃	◎	◎	◎	◎					65	奥道恒夫	◎	◎	◎	◎				
11	江角優	◎	◎	◎	◎					66	尾立道泰	◎	◎	◎	◎				
12	枝村博	◎	◎	◎	◎					67	杉井英彦	△	◎	△	△				
13	古本由美	◎	◎	◎	◎	○	○		○	68	佐野庸子	◎	◎	◎	◎				
14	福岡功市	8/31退会								69	品川晃二	◎	◎	◎	◎				○
15	藤元秀樹	◎	◎	◎	◎					70	佐々木誠	◎	◎	◎	◎				○
16	藤川義雄	◎	◎	◎	◎					71	澤田清	◎	◎	◎	◎				○
17	藤田洋一	◎	◎	◎	◎					72	杉山頭彦	◎	◎	◎	◎				
18	細田正雄	◎	◎	◎	◎			○		73	佐々木一暢	◎	◎	◎	◎				○
19	林良一	◎	◎	◎	◎	○		○	○	74	妹尾年朗	◎	◎	◎	◎				
20	橋本浩二	◎	◎	◎	◎	○				75	高田泰典	7/2退会							
21	早田良二	◎	◎	◎	◎			○		76	鳥居比路	◎	◎	◎	◎				
22	花柳雅豊	◎	◎	◎	◎					77	田上克彦	◎	◎	◎	◎	×		○	○
23	廣谷洲枝	◎	◎	◎	◎					78	柄博治	◎	◎	◎	◎	○			○
24	平岩由紀雄	◎	◎	◎	◎					79	高橋心里	◎	◎	◎	◎				
25	林満生	◎	◎	◎	◎				○	80	富部秀司	◎	◎	◎	◎				
26	穂北光宏	◎	◎	◎	◎					81	谷井智	◎	◎	◎	◎	○		○	
27	伊藤正樹	◎	◎	◎	◎	○		○	○	82	高橋潔	◎	◎	◎	◎				
28	岩田久夫	◎	◎	◎	◎				○	83	鷲尾健太郎	◎	◎	◎	◎				○
29	生谷武寛	◎	◎	◎	◎			○		84	高西哲郎	◎	◎	◎	◎				○
30	岩井正喬	◎	◎	◎	◎					85	竹本耕	8/28退会							
31	岩垂鈴香	◎	◎	◎	◎					86	高木康一	◎	◎	◎	◎				
32	今井廣志	◎	◎	◎	◎					87	上田康博	◎	◎	◎	◎		○		
33	井原倫子	◎	◎	◎	◎				○	88	脇舛賢治	◎	◎	◎	◎				○
34	日域大陸	◎	◎	◎	◎					89	渡辺敬治	◎	◎	◎	◎				
35	小松原浩平	◎	◎	◎	◎	×				90	渡邊直樹	◎	◎	◎	◎				○
36	神辺眞之	◎	◎	◎	◎					91	吉岡民登	◎	◎	◎	◎				○
37	神田敏治	◎	◎	◎	◎			○		92	吉田信秀	◎	◎	◎	◎	×			
38	久保和浩	◎	◎	◎	◎			○	○	93	山下泉	◎	◎	◎	◎				
39	要田昭治	◎	◎	◎	◎				○	94	温泉川梅代	◎	◎	▲	▲				
40	衣笠准一	◎	◎	◎	◎	○		○	○	95	行武治子	◎	◎	◎	◎				
41	久保河内豊	◎	◎	◎	◎					96	米川晃	◎	◎	◎	◎				
42	岸本秀樹	◎	◎	◎	◎			○		97	山仲巖	◎	◎	◎	◎	○			
43	河野宏明	◎	◎	◎	◎					98	山西裕司	◎	◎	◎	◎				○
44	菅富誉樹	◎	◎	◎	◎	○		○	○	99	吉田範子	◎	◎	◎	◎				
45	君島龍輝	◎	◎	◎	◎					100	山中庸詳	◎	◎	◎	◎				
46	鹿瀬賢二	◎	◎	◎	◎					101	荒木裕三	◎	◎	◎	◎				○
47	木矢克造	◎	◎	◎	◎					102	山本和之	◎	◎	◎	◎				
48	小杉真澄	◎	◎	◎	◎					103									
49	村上賢一	◎	◎	◎	◎					104									
50	松原進	◎	◎	◎	◎				○	105									
51	森原弘昌	◎	◎	◎	◎					106									
52	守下康弘	◎	◎	◎	◎					107									
53	森美喜夫	◎	◎	◎	◎					108									
54	錦織亮雄	◎	◎	◎	◎	○		○		109									
55	長崎清正	△	△	△	△					110									
											例会修正出席率	100	100	100	100				
											出席者数:	69	76	69	66	10	2	16	27

例会マーク: ◎ホーム出席、○メイクアップ、△免除者(b)欠席、▲免除者(a)欠席 会合マーク: ○出席、×欠席