



国際ロータリー第2790地区

# 千葉南ロータリークラブ週報

THE ROTARY CLUB OF CHIBA SOUTH

創立	1964年3月2日	例会日	毎金曜日12時30分	例会場	オークラ千葉ホテル
会長	榊原 行夫	幹事	小林 透	雑誌会報委員長	瀬谷 研一
事務局	〒260-0027 千葉市中央区新田町12-1 トーシン千葉ビル7階			TEL	043-245-3204

2011年2月第4週号

## 第2304回



平成23年2月25日(金) 点鐘12:30(晴れ)

- ◆ロータリーソング 『それこそロータリー』
- ◆四つのテスト ～言行はこれに照らしてから～

1. 真実か どうか
2. みんなに公平か
3. 好意と友情を深めるか
4. みんなのためになるか どうか

### ◆お客様紹介

・本日のゲストスピーカー／千葉大学大学院医学研究院 環境生命医学 教授 森 千里先生

### ■ 会長挨拶及び報告 榊原 行夫会長

◇2月15日のIMへのご参加、有難うございました。当日、水野ガバナー補佐のお身体の具合が悪く、代わって11年前に分区代理をされた野城会員にご挨拶をいただき、滞りなく終えたことをご報告致します。

◇19(土)・20日(日)、上総地域交流センターにて開催された「第34回R.Y.L.Aセミナー」に上田会員の社員さん2人が参加してくれました。私も土曜日に表敬訪問致しました。盛大に行われたそうです。上田会員、有難うございました。

### ■ 委員会報告

親睦委員会より (北原俊彦委員長)

#### <CSRゴルフ会報告>

畠山明則会員が優勝しました。伊藤会員の息子さんも参加してくれ、スコアは一番でした。



### ■ ニコニコボックス報告

#### ☆小野 成子会員

森先生、本日は貴重なお時間を割いて、当クラブの卓話にお出で頂き有難うございます。どうぞ宜しくお願い致します。

#### ☆水野 謙一会員 (第3分区Bガバナー補佐)

2/15、IM開催時には、会員皆様、お忙しいところご出席いただき有難うございました。又、私は体調不良で欠席致し、大変申し訳ありませんでした。

#### ☆伊藤 和夫会員

2月24日のCSRゴルフ会、天候にやや恵まれ、楽しいゴルフが出来ました。長男の陽一も参加させていただき、有難うございました。プロ並みの畠山会員と竹尾会員とまわり、畠山会員は優勝、竹尾会員は特別賞と素晴らしい成績でした。私もニアピンをいただき、本当に楽しい一日でした。

#### ☆畠山 明則会員

CSRゴルフコンペに久しぶりに参加させていただき、楽しくプレーが出来ました。参加者の皆さん、お疲れ様でした。

#### ☆女性会員一同

いつも男性会員の皆さんには可愛がっていただき、有難うございます。今日は少々遅れましたが、バレンタインデーのチョコを差し上げさせていただきたいと思います。

今後とも素敵な私達をよろしくね！

本日のニコニコボックス	9,000 円	累計	523,000 円
金の箱	1,750 円	累計	23,288 円

### ■ 出席報告 (会員数39名)

出席者数31	欠席者数8	ビジター 1	修正出席率 次回にて
--------	-------	--------	------------

### 千葉市内例会変更のご案内 [メーキャップにご利用下さい](#)

千葉RC	月	—	三井ガーデンホテル千葉
千葉西RC	火	3/8・29	センシティタワー「東天紅」
千葉幕張RC	火	—	アパホテル&リゾート東京ベイ
新千葉RC	水	—	京成ホテルミラマレ
千葉北RC	水	3/16・30	ホテルポートプラザちば
千葉中央RC	木	3/31	三井ガーデンホテル千葉
千葉港RC	木	3/24・31	京成ホテルミラマレ



★ 本日の卓話 ★

演 題…『身近な予防医学について』

卓話者…千葉大学大学院医学研究院環境生命医学  
教授 森 千里先生



こんにちは、千葉大学の森と申します。

今回は、伝統のある千葉南ロータリークラブでお話しさせていただく機会をいただき、厚く御礼申し上げます。それでは、お食事をしながら何となく聞いていただければ、という様なお話をさせていただきます。

お話するにあたり、何かタイトルが必要だということなので、今、何をやっているかという話から、『予防医学』というキーワードを使わせていただきました。

私は千葉大学の中で、先程ご紹介があったように医学部の学生には、解剖学、人の体がどの様になっているのかという講義を担当しています。ただこの頃、千葉大学をはじめ、もと国立大学は、独立法人大学院大学系で公務員に準ずるとい立場となり、自分達で稼いでいる程度運営もしなければならぬということなので、今、日本にはどこにも国立大学はないということになっています。ですから、地域に根ざして皆様方と協力しながら、一般企業ではないですけど、半民半官というところで活動しなければならないのです。その中で、いろいろ企業と連携しながらやっていますが、医学部の6年間に加え、その上にさらに4年間医学博士を取るためのコースもあり、大学は新しいスタッフを雇えば金がかかるので、同じスタッフが2倍働けということになっています。私は、大学院では、先程ご紹介のあった環境予防医学、環境医学というのを教えております。今日は、その大学院で教えている環境予防医学についてお話すると、あまり難しい話をすると大抵分からなくなってしまうので、私が呼ばれたときは、恐らく皆さんが最も興味をもって帰られるのは、「森鷗外のひ孫だったんだって」ということでしょうか、ちょっと千葉と関係する話題も含めて、お話しさせていただきます。

今現在、私は予防医学センター長を仰せつかってやっております。この予防医学センターが、千葉大学の中で何をやっているかというお話からさせていただきます。

今、医学界では、「21世紀は予防医学」と言われております。では、21世紀が予防医学なら、20世紀は何だったのかと言うと、『早期発見、早期治療』が、医学の大きな目的でした。

まず、これについてちょっとだけお話をさせていただきます。20世紀は色々な病気が出てきました。ガンも含め、色々な感染症も出てきました。これに対して通常の医学では、千葉大学も付属病院を持っていますけれど、患者さんが病院に来ていただいて、ある疾患あるいは症状があって、それを治す、治すんだったら重くなるより早いうちに見つけて早く治した方がいいですよ、というのが基

本でした。

ところが、21世紀になると、もう医者も足りない看護師も足りない、患者さんが付属病院にたくさん来ても、正直なところ手に負えなくなってくる。老人もたくさん増えてきている。そうすると、長生きしてもらいながらなるべく病院に来ないで、みんな元気になっていただいた方がいいに決まっています。

日本の社会もそうすると何が役に立つかという、『病気を治すより、予防に勝る治療なし』と『予防して病気になる』のが皆さんにとっていいということで、昔からある「早期発見、早期治療」は行いますが、21世紀は予防を重視し、重点を置きましようということになります。

どうして、それをしなくてはならないかという、技術の進歩があります。正直、10年くらい前までは、皆さんの遺伝子がどうなっているか調べるのは容易ではなく、2002年にやっと、全世界の中である人の遺伝子が解析し終わったくらいです。ところが、あと5~6年の間に皆さんから血液をいただいたら、2日か3日、まあすぐそこまでいか分かりませんが、少なくとも1ヶ月以内には「あなたの遺伝子はこうですよ。」と分かる時代が確実に来ます。そうすると、皆さんが同じ条件で病気になるというのではないということが、分かります。Aという方とBという方とCという方がいらっしやうとします。男性と女性もいたとします。その人たちの遺伝子の情報が全部分かった時点で、Aという人は糖尿病になりやすい、Bという人はガンになりやすい、Cという人は何か他の疾患になりやすい、と言うことが分かります。なりやすいものが分かって、その病気の症状が出る前から予防した方がいいに決まっています。つまり、ガンは昔、遺伝的要因が強い病気と言われていたのですが、特に女性の乳がんを例にしますと、乳がん遺伝子は、1990年の後半に分かったのですが、その時アメリカでは、乳がん遺伝子を持った人は、予め乳がんを防ぐために乳房を取りますかと言う話になったのです。そんなのは、女性にとって成り立たないわけです。

では、どのくらい環境要因が関係しているかという70%です。遺伝的要因が30%、環境要因が70%。要は食生活や他の生活をきちんとした方が、いい加減な生活をしたりタバコを吸ったり、その他悪い生活をするより、明らかに発症する時期が早くなるし、一方いろいろな予防をしていたらどんどん遅くなる。なおかつ、防ぐことが出来る、ということが分かり始めてきたのです。

ですから、これからはガンにしろ、感染症にしろ、いろいろなものを予防しなければならぬ、という時代になってきました。そういうことを、千葉県内で新しく色々考えようという目的で、千葉大学の中に、ちょうど3年前に予防医学センターというのが設立されました。その設立当初の初代センター長が現在の学長の斎藤先生です。その2代目として2年前から引き継いで、この予防医学センターを担当し、これが私のやっている仕事の一つになります。

さて、予防医学ということを説明するときに、『予防に勝る治療なし』とは言いますが、まず3つのことが大事と申し上げておきます。ひとつは、「知ってもらう」ことです。ふたつ目は、「関心を持ってもらう」こと、そしてもうひとつは、

「予防をするような行動をとってもらおう」こと。この3つのステップが大事です。

なぜかという、ここにいらっしゃる方のほとんどが私の年齢かそれ以上、中には若い方も何人かいらっしゃいますが、多くの皆さんが関係するのが「生活習慣病」か「メタボリックシンドローム」でしょう。言葉は知っているけど自分は関係ないと皆さん思います。でも、メタボリックシンドロームという言葉を知っていた人は多分ないでしょう。脂質をたくさん体の中に溜め込んで、色々なことに障害が起こるとというのが、マスメディアを含め色々な医療機関が一生懸命宣伝したことによって皆さんが知るようになり、あまり脂肪を取りすぎると高血圧になったり、そのあとも色々な疾患に関係してくるということが分かり知らされます。最も典型的な例ですが、高校生たちの「うちのお父さんお母さん、なんかメタボになったんだよね。」といった会話を耳にします。でもご本人たちは、じゃあそれがどうしたっていうか、ここまではまず「知っている」という段階です。でもこの段階では予防は出来ない。次に、その方々が何かの検診で「あなたはちょっとこういう症状が出ていて、もしかしたらメタボリックシンドロームとかそろそろ注意をしなくちゃいけない。」と言われたとします。自分のデータが出てくると、ちょっとこれは自分のことだが、あと30年は現役で働きたい、もっと人生を楽しみたいとか色々考え、医者からは「今のままのこんな生活をしていると、あと10年後は責任持てませんよ」と脅かされると、ここで関心を持つわけです。ですから、まず一般的な予防医学と言うのは、そういう疾患があるということを知ってもらうことから始まります。

次に、個人の問題として各々データでお知らせする。そうすると、ではどうすればいいのかと思い、やはり1日30分くらい週に2回程度は運動しましょうとか、こういう対策に結びつく。これを地域で広めると、多くの人が無事な時よりは、将来的な疾患、生活習慣病、メタボによって悪い状態になることが防げるという一つの予防医学の大きな目標です。

ちょっとだけ宣伝させていただきます。今日皆さんのところにお配りしたのは、その予防医学センターが書いた本「長生きできる街づくり」です。たくさん作って大体、こんな本というのは、売れないのですけれど、色々な講演をするとところに配っていますので、お持ち頂ければいいと思います。この予防医学のところの説明するのは、今言ったように「知ってもらって、関心を持って、行動してもらおう」というのを個々でやっても、なかなか広まりません。それでは、少し街づくりでやったらいかがでしょうかということを提案して書いた本をここに持ちました。ですから、「長生き出来る。ただ長生きしてもしようがないので、どちらかという楽しい生活をしながら長生きをする。それを街づくりにも繋げるのがこれからは重要ですよ。」と書いています。お年寄りもそうですけれど若い人たちや子供たち、未来の世代に日本がそういう街づくりをするのが大事ではないですか、というふうに提言しています。

多くの方は「医学部の教授が街づくりですって？」と最初はびっくりします。ここで少しお話させていただきます。

医学の使命は3つあり、ひとつは「病気の原因を発見すること」です。2番目は、「治療法を発見すること」、3番目は、「予防法を発見すること」です。1840年代から1960年にかけて、英国の結核による死亡率が大体、一様なレベルで右肩下がりになりました。これは1880年代にロベルトコッホというドイツの学者が見つけたことによります。そして、1950年の前くらいに、いわゆる抗結核ワクチン、抗結核剤という薬がどんどん出始めてきた。終戦後、そして1960年の前くらいから、BCGということで予防ができました。個々の人の病気に関しては、抗結核剤が効けば治ります。ところが、社会全体ではどうか？死亡率を見ると、この医学がなくてはならない原因菌を見つけ、治療法を見つけ、予防法を見つけた、その時期にガンと死亡率が下がったかということ、そうではありません。本来、医学のやっていることは、ものすごく役に立ったら、その発見があったときから急激に死亡率とか病気になる方が減るはずなのです。そうでないのは、もっと大事なことがあるからです。なぜこれがこういう下がり方をしたのでしょうか。国全体、地域全体で考えてみるのです。つまり、結核は感染症なので飛沫感染があり、井戸水に感染源があるなら沸騰して飲ませたり、あるいはイギリスでは上下水道が完備されたということ。要は多くの人たちに公衆衛生の知識が広まったということです。昔は水から感染していましたので、上下水道はまさに街づくりの基本です。このドイツのロベルトコッホなどから大事なことを学んできて、実は日本の東京を含めて大きな街の基本を作ったのは、それこそドイツ、イギリスに1870年代から1900年くらいまで学んでいた昔のいわゆる留学生たち、その中の一人に私の曾祖父『森鷗外』がいたわけなんです。

私はよく顔を横から見ている鷗外に似てますね、と言われるのですけれど、養老孟司先生のおっしゃるには、(私の祖父は東大で解剖で養老先生を教えていたのですが)私の顔を見たとき「やっぱり似てますね。そういえば、その上(祖父のお兄さん?)にも似てますね。」とのこと。年を取るにつれ頭の毛も少なくなってきたことあるのですが、よく似ていると言われます。

元の話に戻りますが、鷗外も東京都のこの下水道など、そういう完備にいわゆる第一次世界大戦の前くらいに関与していましたし、1900年になるくらいに、そういう都市の計画に関わっていました。医者が街づくりに関与した典型的なものは、その後出てくる後藤新平です。鷗外も後藤新平もほぼ同じ時期、ヨーロッパから技術を学んで来ました。鷗外は「街は生き物である。生き物がちゃんと動かなくならないように対応するのは医者の役目である。」と言っています。また、健康について「国が病んでいる時は、医者が治さなければならぬ」と言ったのが、後藤新平です。今日お話しする予防医学というのは、こういう歴史の中でも医者が街づくりに、街を作ることは出来ないのですけれど、「提言して方向性を示す」ということが大事です。そういうことを基盤にして、この本「長生きできる街づくり」が書かれています。

実は私の今いる教室は、昔は、解剖学第一講座と書いていました。その第一講座という講座は、1947年くらいに千葉大学の医学部の第一解剖というところが出来ま

して、私の祖父、即ち鷗外の長男ですが、台湾で台湾大学の教授をしておりましたが、終戦後戻ってきて千葉大学で非常勤講師で教えていた。実は、私の今いる教室は、祖父も教えていた教室というのが、私が千葉大学に来てから分かりまして、多くのところで講演をすると私の祖父に習ったという人たちは千葉大関係者の中には多く、今開業されている方の中にもいらっしゃいます。

また、鷗外は千葉の大原というところの太平洋岸に別荘を持っていて、「モルダウ」というエッセイはその大原の日在浦海岸で書かれたもので、千葉とも関係のあるものです。100年くらい前から、実は千葉と関係していることが分かり、更に調べてみると鷗外の父で森静男というのがありますがこれも医者です。因みに森家というのは津和野の藩医をしていて、以来ずっと藩医で繋がっています。私が17代目くらいという家系ですが、大体女性で繋がって、優秀な弟子がお婿さんに入るといような繋ぎ方をしているんですけど、森静男は実は、佐倉にある佐倉順天堂に勉強に来ていて、今でも佐倉順天堂の学んだ人の中に、森静男の名前があります。ですから、150年前に曾祖父のお父さんが千葉で学んで鷗外もここに来て文筆活動をして、うちの祖父も千葉で教えていたというので、何か私がここに来て色々なことを始めているのも、何かの縁があるのかなと思います。

こういう経緯があって千葉で活動していますが、医学の中から何が出来るかと考えますと、私は手先があまり器用ではないので、臨床向きではない。患者さんが苦しむことになり。どちらかというと研究の方がいいかなと思ひまして、研究の方に進みました。その中で、色々な研究をしているのですが、現実には皆さんの健康に役立ちたいというのを思っ、予防医学というものを進めております。

次に説明させていただくのは、どういう予防が一番大事かというもうひとつのキーワード、「環境」です。1890年くらい、今NHKでやっている「坂の上の雲」の時代です。鷗外もあの中にチラッとだけ出てきます。正岡子規が誰かに教えているところが出てきたような気がします。あの時代はひたすら発達することを願っていましたし、とにかく富国強兵、日本の国を欧米に追いつこうというのが第一主義でした。そして、その時点の医学では、平均寿命が50歳代くらい、そして生まれてくる赤ちゃんは10人に一人くらいあるいはそれ以上が死ぬという時代でしたが、鷗外が日本で始めて衛生学、公衆衛生の教科書を書いて、「これからの日本は、健康においては欧米に続かなければならない。まず寿命を長くしましょう。寿命を長くするためには、赤ん坊たちが早く死ぬことをなくしましょう。」というようなことを言っていて、それから100年経ちました。今や平均寿命は女性は世界一ですし、乳幼児の死亡率も最も低い国のひとつです。

そちらの方は進歩した。じゃあそれで幸せになったか？健康が皆にとっていいことになったか、という実はそうではない。子供たちのアレルギーや心の問題は今、どんどん大きくなっています。ですから、そういうものを防ぐような街づくりが出来ないかということで、千葉大学には柏の葉キャンパスがありますが、斉藤学長と古在前学

長が私に何か出来ないかというので、柏市をモデルに今少しずつ街づくりを始めていることがこの「長生きできる街づくり」の後半に書いてあります。

まとめに入りますが、私が今日言いたいことは、これからは「予防医学の時代」であり、私どものやっていることは、まだ本当に始まったばかりですが、新しい予防医学というものが街づくりのかたちで皆さんの健康を守る試みとして千葉県内で行われているということです。もし柏市でうまく行って、千葉市でも協力者がたくさん増えたら、千葉大学のお膝元であり皆さんの地域である千葉市でもより良い健康な街が出来ていくのではないかなと思っています。何となく私の名前とこんな活動をしている人がいるんだな、というのを今日知っていただければ幸いです。

ご静聴ありがとうございました。

(文責 伊藤 和夫会員)

森 鷗外(もり おうがい、1862年2月17日(文久2年1月19日) - 1922年(大正11年)7月9日)は、明治・大正期の小説家、評論家、翻訳家、劇作家、陸軍軍医(軍医総監=中将相当)、官僚(高等官一等)。位階勲等は従二位・勲一等・功三級・医学博士・文学博士。本名は森 林太郎(もり りんたろう)。

石見国津和野(現・島根県津和野町)出身。東京大学医学部卒業。第一次世界大戦以降、夏目漱石と並ぶ文豪と称される。

大学卒業後、陸軍軍医になり、陸軍省派遣留学生としてドイツで4年過ごした。帰国後、訳詩編「於母影」、小説「舞姫」、翻訳「即興詩人」を発表する一方、同人たちと文芸雑誌『しがらみ草紙』を創刊して文筆活動に入った。その後、日清戦争出征や小倉転勤などにより、一時期創作活動から遠ざかったものの、『スバル』創刊後に「キタ・セクスアリス」「雁」などを発表。乃木希典の殉死に影響されて「興津弥五右衛門の遺書」を発表後、「阿部一族」「高瀬舟」など歴史小説や史伝「澁江抽斎」等も執筆した。

晩年、皇室博物館(現在の東京国立博物館・奈良国立博物館・京都国立博物館等)総長や帝国美術院(現日本芸術院)初代院長なども歴任した。(インターネットより)



#### 第2305回例会

日時→ 平成23年3月4日(金) 点鐘12:30

演題→ 『生涯空手 拳の道』

卓話者→ 五十嵐 博章会員

#### 第2306回例会

日時→ 平成23年3月11日(金) 点鐘12:30

演題→ 『人心をI・Tが仲介する時代』

卓話者→ エッセイスト 酒井 登志生様