



# 国際ロータリー第2790地区

THE ROTARY CLUB OF CHIBA SOUTH



## 千葉南ロータリークラブ会報

(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)斎藤 昌雄

(幹事)植松 省自

(会報委員長) 永安 重治

(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 (☎043-245-3204)

### 第2453回

平成26年6月13日(金) 点鐘12:30 <晴れ>

- ◇ロータリーソング『手に手つないで』
- ◇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  
東京ベイ先端医療・幕張クリニック  
院長 幡野 和男様
- ・東京ベイ先端医療・幕張クリニック 葵会  
専務理事 早野 暉様
- ・東京ベイ先端医療・幕張クリニック  
チーフコンシェルジュ 高阪 智乃様
- ・国際ロータリー第2790地区第3分区B  
ガバナー補佐 石井 七郎様  
次年度ガバナー補佐 林 正弘様

#### ◆会長挨拶及び報告

本日の例会には、第3分区Bの今年度ガバナー補佐・石井七郎様と次年度ガバナー補佐・林正弘様にお出でいただいております。いよいよ私と、植松幹事の年度が残り少なくなったのだなと、実感します。さらに、同じ分区で50周年を迎える市原ロータリークラブは、明日幕張で式典が開催され、第3分区Bで50周年という大きな行事2つが終了することになります。石井ガバナー補佐は、一年で2回の50周年式典を補佐として経験なさるわけで非常に良い思い出になるのではないかと思います。

また、本日の卓話「切らなくてよいガン治療」は、私を含め会員の皆さんがたいへん興味のあるテーマだと思います。切らないで良いのならできるだけ切りたくありません。ガンは、多くの人に関わる病気だと思しますので、出来る

限り多く時間を取ってお話していただければ有難いと思います。

#### ◆ご挨拶

国際ロータリー第2790地区第3分区B  
ガバナー補佐 石井七郎様

今日は、次年度ガバナー補佐とともに、引き継ぎのご挨拶に上がりました。思い起こせば、ここにガバナー補佐として初めて伺ったのは2013年7月だったと思います。歴史と伝統のあるクラブで何回かご挨拶させていただきましたが、今日がこのマイクの前に立つのは最後だと思うと非常に寂しいです。斎藤会長、植松幹事には大変お世話になりまして本当に有難うございました。野城さんや金親さん他大勢の皆様にも大変可愛がっていただき、無事ガバナー補佐の役目を果たすことができました。

今後ともよろしく願いいたします。

#### 次年度ガバナー補佐 林正弘様

ただいまご紹介をいただきました、千葉港ロータリークラブの林です。次年度は、どうぞよろしくお願い致します。7月11日に、改めてご挨拶に伺い、新年度の話し等をさせていただきますので、今日のご挨拶だけとさせていただきます。

#### ◆幹事報告

明日6月14日(土)、市原ロータリークラブ創立50周年記念式典があります。15時点鐘、場所はホテルニューオータニ幕張、当クラブからは斎藤会長はじめ23名の出席となっております。登録された皆様はよろしくお願い致します。

#### ◆ニコニコボックス報告

##### 《ガバナー補佐 石井 七郎様》

一年間、大変お世話になりました。有難うございました。

##### 《斎藤 昌雄会長・植松 省自幹事》

幡野様、本日の卓話、宜しく願い申し上げます。ガバナー補佐の石井様、一年間ご指導いただき、有難うございました。

次年度ガバナー補佐の林様、今後、宜しく願い申し上げます。

本日のニコニコボックス	5,000円	累計	667,000円
金の箱	472円	累計	28,288円

## ◆出席報告 (会員数51名)

出席者数33	欠席者数18	ビジター 5	修正出席率 78.00%
--------	--------	--------	--------------

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	6/24	センテイタワー「東天紅」
千葉幕張RC	火	6/24・7/1	アパホテル&リゾート東京ベイ
新千葉RC	水	6/25・7/2	京成ホテルミラマーレ
千葉北RC	水	6/25	ホテルポートプラザちば
千葉中央RC	木	6/26	三井ガーデンホテル千葉
千葉港RC	木	6/26	京成ホテルミラマーレ

## 本日の卓話

演 題⇒「切らなくてよいガン治療」  
卓話者⇒ 東京ベイ先端医療・幕張クリニック  
院長 幡野 和男様



高阪智乃様 院長 幡野和男様 早野 暉様

今日は、「切らなくてよいガン治療」というお話をさせていただきますが、その前にガンが今どのような状況かということからお話しさせていただきます。

日本人はどんな原因で亡くなっているか、厚生労働省から定期的に出ている統計で、一番多いのはガンで亡くなる方です。次が心臓関係の疾患、3番目は脳血管疾患です。男女別に見た死因、どういうガンで亡くなるかというデータによると男性と女性では違いがあります。男性の一番多い病名は肺ガンで急速に増えてきており、その次は胃ガンです。胃ガンはある年を境にカーブが下がってきています。理由はガン検診、内視鏡等で早期に見つかるガンが増えたことと、ガンの原因となるピロリ菌を血液検査で判定し、陽性の方には1週間抗生物質を飲んでいただく除菌療法が定着したこと。胃ガンの8割はピロリ菌が原因と言われていいますので、かなりの確率で胃ガンを予防することができる時代になっています。3番目は、大腸ガンで急速に増えていますが、原因は食事習慣の変化です。昔の日本人は野菜魚が中心の食事

で大腸ガンは多くなかったのですが、肉食になってから急速に増えていきます。女性は、大腸ガンがトップで、次が肺ガン、胃ガンとなっています。つい最近5月に国立がんセンターから出された障害リスクの資料では、全部のガンを集計すると男性の60%、女性の45%がどこかでガンになってしまいます。約2人に1人は何らかのガンになる時代になってきたということです。胃ガンの場合、男性は9人に1人、女性は18人に1人、肺ガンは男性の10人に1人、女性の20人に1人、大腸ガンは男性11人に1人となりますから、ここにいらっしゃる方の何人かはガンが出てもおかしくないという中で生活しているわけです。乳ガンは、女性の12人に1人が発症しますが、まれに男性でも発症します。

ガンの発症には、いろいろな原因がありますが、一番多いのがタバコです。ガンと喫煙の関係は以前から言われていましたが、肺ガンの場合、タバコを吸う方は吸わない方の16倍ぐらい亡くなる可能性が高いと言われていました。食道ガンもタバコが原因になることがあります。これも、吸う方は6倍の発生率になります。食道ガンも早期で内視鏡的に取れる状態で見つかればいいのですが、進行ガンになってしまうとなかなか命が救えないのが現状です。膵臓ガンも吸わない方に比べて2倍になっています。喫煙は、ガンとの関係で見られてきましたが、今年初めにアメリカから出た報告では、ガン以外のいろいろなことにも影響しているということです。予防して行くためにはまずタバコを吸わないことです。伏流煙も影響するので、タバコを吸う時は近くの人が煙を吸うことにならないように気遣うことが大事です。次はお酒ですが、節度のある飲酒量なら問題は有りません。次は、偏らない食事、まんべんなく野菜を含めていろいろなものを取る方が良いと言われていいます。それから適度に体を動かすこと、ウォーキング程度の運動は定期的に行くとガン予防につながって行きます。それから、年齢を経てから太ることも良くないと言われていいます。したがって適度な運動をしながら食事にも気を付けることが大事です。肝臓ガンは、肝炎ウィルスをインターフェロンなどの薬でたたいて行くことでガン予防になっています。

さて、お酒の適量とはどのくらいの量でしょう？日本酒なら1合ぐらいです。ビールなら大瓶1本ぐらい、焼酎はストレートの量で3分の2合ぐらいが適量と言われていいます。ウイスキーは、ダブルで1杯ぐらいです。肝機能に問題がなければ毎日飲んでも問題はない量と言われていいますが、休肝日は設けた方が良いでしょう。ワインは、ボトル3分の1、グラス2杯程度と言うことになります。

食事についてはどうかというと、高塩分食は胃ガンの原因になるので、以前は東北の方が発症する例が多かったのですが、最近は食習慣が改善されて少なくなってきました。また、野菜や果物は、口腔ガン、喉頭ガン、食道・胃・肺ガンに対して予防的に働くことがほぼ確実であると最近は言われており、このようなものをまんべんなく摂取していくことが大事です。南米では食道ガンがすごく多くなっています。原因はマテ茶です。マテ茶を常温や冷たい状態で飲むのであれば良いのですが、南米では、温度70度ぐらいのマテ茶を金属のストローで吸って

飲みます。そのことで、高温のものが毎日喉に入っていくために食道ガンが多くなるのです。これでわかるように、高温のものをそのまま飲むのではなく少し冷ましてから飲むことも予防につながります。ハムやベーコン、ソーセージなどは、食事が欧米化したことで大腸ガンが増加したということから分かるように、取りすぎないことが予防につながります。

ここからは、ガン検診の話です。ガン検診は、早期にガンを見つけることが目的ですが、日本の場合早期発見は、まだ3割に満たないと言われていています。神奈川がんセンターのデータでは、検診で見つかった患者と、症状が出てから診療を受けた患者では、検診で早く見つけた方が生存率は高くなるということが分かっています。ガンは、直径1cmでガン細胞が10の8乗個あります。この大きさになるのに10年から20年かかると言われていて、この大きさになると従来のガン検診でも早期発見できると言われていますが、PET(ペット)の場合はもう少し小さい5~6mmで発見できる時代になっています。当然小さいうちの方が体への負担が軽く治療できるようになります。次はPETの原理ですが、ガンはブドウ糖を好みます。そこで、ブドウ糖に放射性物質を加えて注射することで、ガン細胞がブドウ糖を取り込み放射性物質がたまるため黒く映ります。

検診で発見されるガンの中で、甲状腺ガンは手術で除去することが一般的です。放射線治療ではもう一つの正常な甲状腺に放射線が当たってしまうと機能が落ちる可能性があるためです。その他のガンは放射線で手術せずに治療できるようになってきています。私が治療した例では、肺の進行ガンがかなり大きくなり、手術で肺を摘出すると正常呼吸ができなくなることが予測された患者を放射線治療で約7カ月後にはほとんどガンが消えるところまでの治療ができました。

次は、患者の5年生存率です。手術と放射線治療の患者を比較するとステージ1Aと言う1cm程度までのガンの場合、手術では80%に対して放射線治療では81%とほぼ同じ成績です。1cmから2cmまでのガンでは手術より放射線治療の方が成績は良くなっています。現在は、3cm程度までの肺ガンなら手術せずに治療ができる時代になっています。子宮ガンも今までは、ほとんど手術していましたが排尿障害やむくみなどいろいろな副作用が出てきます。そこで最近では、抗ガン剤と放射線で治療すると手術より治る成績が良いことが分かっています。約1カ月の治療で1期、2期のガンであれば5~10年生存率は90%以上になっています。国立がんセンター中央病院の手術成績でも、1期の手術では87.5%、放射線治療では88%とほぼ同じ成績ですが、2期の場合手術では73%、放射線治療は92%と放射線治療の方が治る可能性が高く副作用もほとんどないということになっています。前立腺ガンも以前はほとんど手術でしたが、最近では約半数の患者が放射線治療を選ばれています。最近の放射線治療は、IMRTという特定の場所に最適の強度をつけて放射線を搾って当てる治療ができるようになり、必要のないところに放射線が当たることで起こる障害もなくなっています。前立腺ガンの場合、手術でも放射

線治療でも9割以上が治っており、5年生存率も95.2%になっています。最近アメリカで出された前立腺ガンと食事の関係データでは、高炭水化物、低たんぱく質、低脂肪食の3つに予防効果があるということです。メタボリックの要素を2つ以上持っている危険性が高まるとも言われています。

最後に、我々の施設を紹介させていただきます。場所は幕張のコストコの前でイオンモール幕張に挟まれた施設です。PETを使って早期のガン検診と体に負担をかけない治療をすることと、億単位の設備を何台か入れていますから、これらを我々だけではなく地域の先生方にも活用していただくことになります。内装は非常にカラフルで、病院というイメージがしないかもしれませんが、理事長の方針で待合室をはじめとして、リラックスし安心して検診治療が受けられる施設を心掛けて作りました。

もし、ガンの疑いをもたれるようであれば是非ご相談いただければありがたいと思います。年に1回は検診を受けられて、治療の選択肢がいろいろと選べるような状況で見つかることが望ましいことですし、健康に注意して長生きしていただきたいと思います。

本日は、ありがとうございました。

(文責 永安 重治会員)



◇◇竹尾会長エレクトがシドニー国際大会に参加されました。◇◇



#### 第2454回例会

日時⇒ 平成26年6月20日(金) 点鐘12:30

卓話⇒ 『健康寿命を伸ばす食生活』

卓話者⇒ SNAコーチング協会 コーチ 堺 晶子様

#### 第2455回例会

〈最終夜例会〉

日時⇒ 平成26年6月27日(金) 点鐘18:00

会場⇒ オークラ千葉ホテル