

三條南ロータリークラブ週報

Sanjo Minami Rotary Club



2013.3.18

No.2070

No.28



出席率 会員48名中26名

先々週の出席率 89.36%

先週のメイクアップ 3/12 三條北RCへ
西巻克郎君 佐々木常行君 佐藤秀夫君
田代徳太郎君 渡邊久晃君
3/13 三條RCへ
安達 裕君 馬場一敏君 石山莊一君
松崎孝史君 西巻克郎君 野島廣一郎君
野崎正明君 谷 晴夫君 田代徳太郎君
坪井正康君
3/14 三條東RCへ
荒澤威彦君 佐々木常行君 滝口恵介君
田代徳太郎君 坪井正康君



会長挨拶

三條南ロータリークラブ 会長エレクト
草野恒輔

皆さん、こんにちは。本日は坂井会長が急用とのことで代理を務めさせていただきます。よろしくお願いいたします。

3月15日の「新潟日報」の記事です。

ドイツ人家族3人が旅行中、東日本大震災の津波にのみ込まれましたが、救助され、生きることができたのです。その後、仙台市の外国人支援施設で、先週の「4クラブ合同例会」でご講演いただいた、長岡国際交流センター長羽賀友信さんと出会い、村上市、長岡市と逃れ、3月17日に無事帰国できたのでした。

新潟 新潟日報 2013年(平成25年)3月15日(金曜日)



ご主人は弁護士でロータリアンでした。地元ロータリーで募金活動を行ない、1,620万円程が集まり、“あしなが育英会”に寄付することになり、さらに友好の輪が広がっているとのことでした。

現在、2560地区で通年事業となっている『地域協働ネットワーク』事業そのものではないかと思った次第です。

今回もロータリーが係わっていたらよかったのにと残念でなりません。

四つのテスト

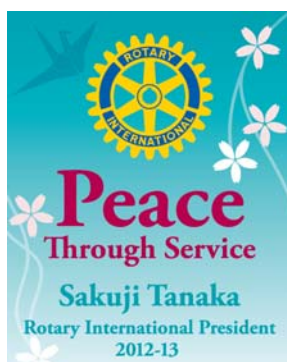
一言行はこれに照らしてから一

I 真実かどうか

II みんなに公平か

III 好意と友情を深めるか

IV みんなのためになるか どうか



国際ロータリー会長 田中 作次 [埼玉、八潮]

第2560地区ガバナー 鈴木 重 彦 [長 岡]

第4分区ガバナー補佐 杉山 太三郎 [巻]

会 長 坂 井 範 夫

幹 事 丸 山 征 夫

S A A 永 桶 俊 一

事務局 〒955-8666 三條市旭町2-5-10

三條信用金庫 本店内

TEL 0256-35-3477 FAX 0256-32-7095

E-mail info@sanjo-minami.jp

URL http://www.sanjo-minami.jp



丸山征夫 幹事

山崎ガバナーエレクト事務所より「2013-14 年度親睦ゴルフ大会(予告)」のご案内

<開催期日> 2013 年 10 月 10 日(木)

<開催場所> 日本海カントリークラブ(胎内市)

※競技内容、費用、申込み方法等詳細については 6 月頃ご案内

三条ローターアクトクラブより「4 月第 1 例会」のご案内

<日時> 2013 年 4 月 4 日(木) 19:30~

<会場> 三条・燕地域リサーチコア 4F 異業種交流室

公益財団法人 米山梅吉記念館より「米山梅吉記念館 館報」が届いています

例会会場変更のお知らせ

4 月 1 日、8 日の例会ですが、通常例会場が都合により使用できませんので、下記の通り会場変更となります。お間違えのないようお願いいたします。

4 月 1 日、8 日例会会場 ジオ・ワールドVIP グランドホール
(例会時間は通常通り 12:30~13:30)

ニコニコボックス

NIKO-NIKO BOX

~ 3 月 18 日 19,000 円
今年度累計 660,000 円
+600 パーツ ~

草野君 今日、坂井会長が急用でお休みです。
代わりに点鐘させていただきます。

馬場(輝)君 渡辺俊明先生の卓話に期待しています。
肝心要の由来をぜひお聞かせ下さい。
星野さん、“みんくる”開店おめでとうございます。
ガンバってね!

吉井君 済生会時代に、私の胃ガンを見つけた
お医者様が渡辺先生でした。感謝をこめ
て、初卓話お祝い申し上げます。

西潟君 渡辺先生、卓話ご苦労さまです。
「肝臓のお話」つつしんでお聞きたいと
思います。

大溪君、熊倉君、鈴木(囿)君、銅冶君、
野崎君、渡邊(久)君

渡辺先生、卓話ご苦労様です。
楽しみにしています。

星野君 3/16に一ノ木戸商店街の中に、まちなか交流
拠点の“みんくる”がオープンしました。
ぜひご来館下さるようお願いいたします。

荒澤君 一ノ木戸商店街、新名所オープンをお祝いし
てBOX協力です。
星野さん、ご苦労様です。

田中君 春!

安達君 結婚記念のお花ありがとうございました。
本日商工会議所の会議で欠席です。
すみません!

野中君、野水君

BOXに協力いたします。

佐藤(嘉)君 BOXにご協力ありがとうございました。



「“肝心要”の肝臓のはなし」

渡辺 俊明 会員



昔から“肝心要”といわれております肝臓のお話をさせていただきます。

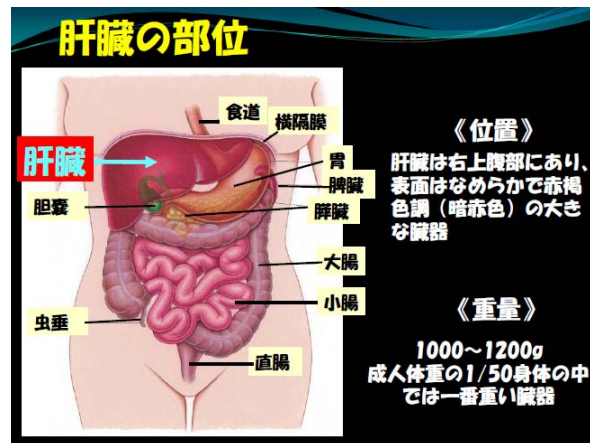
まず肝心要という言葉は、肝腎要とも書き、広辞苑などによれば、これはどちらも正しいとされております。肝臓も心臓も腎臓も人間の生命を維持して行くうえではなくてはならない大切な臓器ですが、その中でも肝臓は、肝要という言葉にもあるように、大切なもの、なくてはならないものと言われております。

肝臓は身体の中なかでは、消化器系という食べ物を消化・分解して、身体に必要な栄養分を吸収し、いらないものを便にして排泄する働きをする臓器に属しています。口から摂取した食べものはまず、歯で噛み砕か

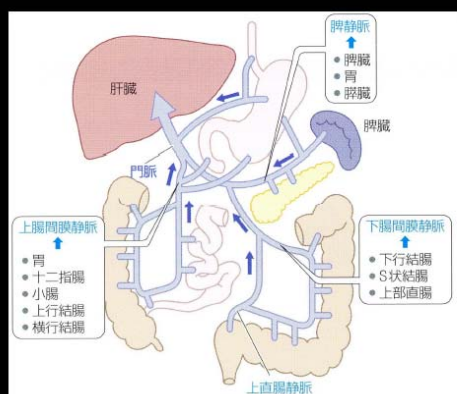
れ、唾液と混ぜ合わされて、飲み込みやすい大きさにされます。飲み込まれた食べ物は食道を通り、胃に運ばれ、胃のなかで蠕動と呼ばれる強力な収縮運動と胃酸などによりさらに細かく分解され、十二指腸に送り込まれます。十二指腸では肝臓から分泌される胆汁や、膵臓から分泌されるいろいろな消化酵素によりさらに細かく消化分解され、小腸に運ばれて、身体に必要とされる栄養分は吸収されて肝臓に運ばれます。必要のない排泄物は小腸に送られ、大腸では主に水分が吸収されある程度固まった便となり排泄されます。

肝臓は身体のなかで、右上腹部に位置し、表面はなめらかで赤褐色をしており、重量はだいたい 1kg から 1.2kg くらいあり、身体の中では一番重い臓器です。胃、十二指腸、小腸、大腸、膵臓などの消化器に属するすべての臓器の血管は肝臓の門脈とよばれる血管につながっており、栄養分をはじめ、薬やアルコール、毒物など 腸から吸収されたすべての物質が、この門脈を通して肝臓に流れこむしくみになっています。

肝臓は実に多彩な働きをしておりますが、肝臓の働きは、栄養素の再合成、貯蔵などの代謝、薬物や毒物の解毒、アルコールやホルモン、アンモニアなどの分解、胆汁の産生と分泌などに大きくわけられます。肝臓で代謝や解毒され再合成される物質は 2000 種類以上にものぼるといわれており、肝臓は人体の壮大な化学工場ともよばれております。このように肝臓は身体に必要な栄養分の消化吸収から代謝・解毒などの過程でまさに“肝心要”の役割を担っています。



肝臓の門脈の流れ



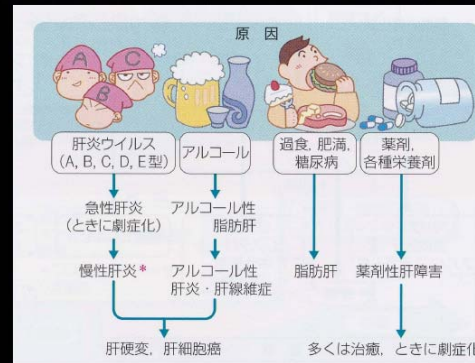
肝臓のはたらき

- **栄養分の合成・貯蔵・代謝**
 - ・体に必要なたんぱく質や脂肪、ビタミンを合成する
 - ・ブドウ糖やたんぱく質を貯蔵しやすい形にして蓄える
- **解毒作用**
 - ・薬物の分解や毒物の解毒、アルコールやホルモンの分解、腸で産生されたアンモニアなどを分解し排出する
- **分泌作用**
 - ・脂肪の消化に必要な胆汁や胆汁酸を合成し、十二指腸に分泌する

肝臓は人体の壮大な化学工場

このような肝臓を悪くする主な原因としては、我が国では、肝炎ウイルスによるもの、アルコールの飲み過ぎ、最近、増えてきているのが、食べ過ぎ、肥満、糖尿病などのいわゆるメタボによる脂肪肝、薬による肝障害などがあります。肝炎ウイルスには、A,B,C,D,E の5種類が知られており、このうち我が国でみられるものは主に A 型、B 型、C 型の3種類です。肝臓に肝炎ウイルスが一時的に感染すると、急性肝炎をおこし、持続的に感染すると慢性肝炎となり、それがすすむと、肝硬変や肝臓がんができてきます。これらのうち A 型肝炎は魚介類を生で食べたり、飲み水などで経口的に感染し、B 型肝炎ウイルスは血液や体液の中にいて性交渉や注射のまわしうちなどで感染します。どちらの肝炎も東南アジアや中国、韓国などで感染する危険性が高いので、これらの地域に出張される機会の多い方は感染しないように注意が必要です。これに対して酒の飲み過ぎで肝臓が悪くなった場合は、まず通常は脂肪肝になり、さらに飲み続けると、肝臓に線維がふえて肝臓が硬くなったり、アルコール性肝炎を繰り返したりして、最終的にはやはり肝硬変へとすすんでいきます。

肝疾患の原因と臨床経過



このような原因で肝臓が悪くなった場合、どんな症状がでるかといいますと、急性肝炎のように 急に肝臓が悪くなった場合には、だるい、疲れやすい、尿の色が濃くなる、黄疸がでるなど明らかな症状がでるのですぐに

気づかれますが、慢性肝炎など徐々に肝臓が悪くなる場合には、肝臓はかなりの予備力があるため、病気がかなり進まないで症状はでないことが多く、検診やDOCなどで肝機能異常を指摘されはじめて肝臓が悪くなっていることがわかる場合も少なくありません。このようなことから、肝臓は昔から“沈黙の臓器”ともいわれております。それでも肝臓病がかなり進んだ場合、特に肝硬変に進んだ場合には、クモ状血管腫、手掌紅斑、女性化乳房、腹水貯留などの症状が出現します。

肝臓病の症状

急性肝炎など
だるさ
黄疸、尿濃染

慢性肝炎など
特有の症状がでないことが多い
検診やDOCなどで肝機能異常を指摘

沈黙の臓器

このような肝臓の異常を知る血液による肝機能検査のうち代表的なものが GOT、GPT です。最近では AST、ALT ともいいますが、これらの検査は肝細胞がいろいろな原因で壊された時に上昇します。γGTP はアルコールで肝臓を悪くした時に高くなります。この他にコリンエステラーゼ、アルブミン、凝固因子などは肝臓で合成されるため、肝硬変などでは低下してきます。またアルカリフォスファターゼという検査は肝臓以外にも、胆石、胆嚢炎、胆道癌や骨の疾患でも上がることもあり、また出血した時に血液を凝固させ止血する働きをする血小板は肝硬変がすすむにつれ減少してきます。この他にもそれぞれの肝炎ウイルスの型を判定する抗原・抗体の検査や肝臓がんの検査として、αフェトプロテインや PIVKA-Ⅱ とよばれる検査などがあります。これらの検査で肝臓が悪いと言われた場合、さらに肝臓の形や大きさ、表面の凹凸をみる、あるいは肝臓にがんなどの腫瘍ができてないかどうかなどを視覚的に捉える画像検査とよばれる検査があります。代表的な画像検査としてはお腹に超音波をあてて肝臓の状態を調べる腹部超音波（エコー）検査、レントゲンで身体を輪切りにしてみる CT 検査、強い磁力をかけて身体内部を画像化してみる MRI 検査などがあります。さらに肝臓の状態を直接目で見る腹腔鏡検査や肝生検とよばれる組織検査があります。腹腔鏡検査というのは おなかに細い内視鏡を入れて直接肝臓の表面を観察して、表面の凹凸や炎症の状態などから病気のすすみ具合、肝硬変にすすんでいるかどうかなどを判断します。肝生検は肝臓の組織所見から、病気の進み具合や炎症の強さ、あるいは癌ができていないかどうかなどについてより詳細に判断することができます。これらの検査を必要に応じて組み合わせて、肝臓病の病状を把握し、適切な治療方針を検討していきます。

血液検査

● 生化学検査

GOT (AST), GPT (ALT)	肝細胞の障害
γGPT	飲酒のマーカー
コリンエステラーゼ	肝臓での合成能
総コレステロール、アルブミン	
Al-P, γGTP	胆石、胆嚢炎、胆道がん
ビリルビン	黄疸
血小板数	肝硬変の進展度

● 血清検査

肝炎ウイルス検査 抗原・抗体 A,B,C,D,E

● 腫瘍マーカー

αフェトプロテイン (AFP), L3分画, PIVKA II 肝臓がん

画像検査

● エコー(腹部超音波)検査

超音波をお腹の上からあてて、肝臓の形、大きさ、表面の凹凸などから病状の進行具合、腫瘍の有無などを判断します。

● CT(コンピューター断層)検査

X線を照射して、からだの内部をコンピューターで画像化してみる検査です。エコーにくらべて、より深い場所でもはっきりみることができます。

● MRI(核磁気共鳴)検査

強い磁力をかけて、からだの内部をコンピューターで画像化してみるができます。

腹腔鏡検査/肝生検

● 腹腔鏡検査

おなかに細い内視鏡を入れて直接肝臓の表面をみて、表面の凹凸や炎症の状態などから病気のすすみ具合、肝硬変にすすんでいるかどうかなどを判断します。

● 肝生検

肝臓に細い針をさして肝臓の一部を採取し、顕微鏡で病気の進み具合(線維化の程度)や炎症の状態、あるいは癌ができていないかどうかについて血液検査よりも正確に確認できる検査です。

以上のように肝臓は多少傷ついてもほとんど症状をださずに黙々と“肝心要”の働きをしてくれております。このような肝臓に感謝しつつ、時には肝臓をいたわりながら、楽しく愉快なお酒を嗜んでいただければと思います。



英国の学友と米国の学友会が財団の賞を受賞

2012-13 年度ロータリー財団学友人道奉仕世界賞に、英国ノッティンガムの眼科医、ハーミング・シン・デュアさんが選ばれ、2013 年 RI 国際大会（ポルトガル、リスボン）開催中の 6 月 25 日に授賞式が行われます。

1981 年にインドのナグパー・サウス・ロータリー・クラブ（第 3030 地区）から派遣され、研究グループ交換（GSE）メンバーとして、米国ペンシルベニア州（第 7300 地区）を訪問したデュアさんは、現在、ノッティンガム大学クイーンズ・メディカル・センターの眼科で所長と教授を務めています。これまでに英国、インド、米国で治療を行い、また世界各地の医師の研修にも尽力してきました。角膜疾患治療の権威として知られ、専門手術の執刀にもあたっています。

インドに住んでいた頃は、ロータリーや非政府組織（NGO）を通じて数々の眼科診断を無料で提供し、白内障や緑内障を患う貧しい患者のために無料で手術を行いました。

「貧困の中で暮らしていた村人たちの生活は、目の手術によって大きく改善されました。視力障害者のために先々を案内する必要がなくなった子どもたちは、学校にも通えるようになりました。村人が抱えるニーズは大きいですが、私たちはその一部を助けることができます」とデュアさん。

GSE での貴重な経験やキャリアへの影響を与えてくれたロータリー財団に深く感謝していると、デュアさんは話します。「人生を変え、今の私を形づくるきっかけとなったのは、まさに、GSE チームメンバーに選ばれたことです。GSE で生まれて初めて海外を訪れ、世界への視野が開けました」

最優秀賞に選ばれた米国の学友会

2012-13 年度ロータリー財団最優秀学友会賞には、第 6560 地区学友会（米国インディアナ州）が選ばれました。2007 年に設立されたこの学友会は、学友とロータリー・クラブとの交流に力を入れています。毎年、同窓会を主催しているほか、ロータリーの地区大会と国際大会に出席したり、現在のプログラム参加者のためのオリエンテーションにも協力しています。

この学友会は、フィッシャーズ・ロータリー・クラブが始めた「Water Is Life」という水プロジェクトに参加し、募金活動に協力したほか、シエラレオネで 80 の井戸設立に貢献しました。また、ポリオ・プラスも支援しており、新メンバーのオリエンテーションで寄付を呼びかけています。

フィッシャーズ・ロータリー・クラブに所属する学友会会長のスーザン・メスキスさんは、ロータリー財団の [パッケージ・グラント](#) を利用して 4 月にタンザニアを訪れ、職業研修を行うと同時に、アガ・カーン大学の看護学部教員とともに看護学プログラムの改善にあたります。

「このプロジェクトは、ロータリー財団、アガ・カーン大学、6560 地区の協力で実現した貴重な機会です。各組織間で強い絆が生まれ、発展途上国における教育の発展と看護師育成に大きく貢献するでしょう」とメスキスさんは意気込みを語ります。



写真上：2012-13 年度ロータリー財団学友人道奉仕世界賞の受賞者、ハーミング・シン・デュアさん
写真下：2012-13 年度ロータリー財団最優秀学友会賞に選ばれた第 6560 地区学友会メンバー