

日本胃腸科学会総会市民公開講座

お腹の病気をしと健康寿命、
丈夫で長生きする秘訣とは？

のぼそつ健康寿命

東北大学公衆衛生学分野

教授 辻 一郎

とき ; 二〇〇四年四月二四日
ところ ; 仙台国際センター大ホール
主催 ; 日本消化器病学会・東北大学第一外科
共催 ; 河北新報社

◇ 平均寿命の年次推移

日本人の平均寿命は、一九五〇年には男六〇才、女六三才でした。しかし、今は世界最高寿命の国になった。

終戦時には、男五〇、一才、女五九才でしたが、現在は男七七才、女八四才になり、六五才以上の人口は四〇〇万人から現在は二二〇〇万人に増加している。

このように寿命がのびると、色々な問題がでてきます。

・六人に一人が六五才以上の人。

・痴呆性老人が増加する。

(現在一六五万人が二〇二〇年には二〇二万人と推定される。)

・寝たきりの方が増加する。

(二〇〇〇年一二〇万人が二〇二五年には二三〇万人と推定される)

平均寿命とは

健康寿命(心身ともに自立して活動的な状態で生存でき

る期間) + 障害寿命(介護など)を言う。

◇ のぼそつ、健康寿命。

(一) 要介護の原因となる病氣事故を予防しよう。

脳血管疾患 — 高血圧 — 減塩、体重管理、運動、
転倒、骨折 — 運動能力の維持、骨を丈夫に、

(二) 老化のスピードを遅らせる。

健康な八〇才の生き方を学ぶ。

アクティブに暮らす。健康に年をとる。

(三) 心身の機能を「貯筋」

運動訓練の変更 — 使えば増える「貯筋」通帳。

音読、計算で痴呆の予防。

◇ 健康長寿の高齢者に共通する特徴。

(いきいきしている方のアンケート調査結果)

・食事は一日三回キチント正しく食べる。

・食事はよく噛む。

・お水をよく飲む。

・野菜や果物などの植物繊維をとる。

・煙草を吸わない。

・かかりつけの医師がいる。

・自立心が強い。

気分転換の葛藤。

新聞をよく読む。

外出することが多い。

就寝、起床時間が決まっている。

◇ お腹の病気と健康寿命。

・がん予防のための食生活。

世界中で、毎年一〇〇〇万人が新しくがんになっていく。

(ア) 植物食品が中心の食生活。

(イ) 肉類や油脂。

(ウ) 塩分とかび。

(エ) 食品添加物、化学物質。

(オ) 調理方法(こげを食べない)

◇ 寝たきりの実験

健康な五人を二〇日間寝たきりにし、実験をしたところ、

・肺活量には変化がなかった。

・心臓の容積は、一二%減少した。

・最大酸素摂取量が、減少した。

・安静時の心拍で量に変化がない。

・最大運動時の心拍出量は、一回当たり三回秒減少した。

◇ 廃用性症候群

一カ月使わないと筋力は半分以下に落ちる。全く動かないと筋力は一日で三〜六%低下する。一カ月では五〇%以下に減少する。最大筋力の二〇〜五〇%の力を出せば、筋力はばんかいできる。

年をとると運動能力が低下する。これが老化であり、避けられないことと考えられてきたが、しかし老化と思われたことは単なる運動不足で、適度の運動をすれば老化は防げる。

(舞の海) 怪我をして一週間入院すると、足が細くなり相撲がとれなくなった。体力・筋力とも落ちていく。怪我で寝ているときにも階段の上り降りなど、出来ることを工夫して練習した。

五年前には百キロあった体重が、現在は八〇キロに減ったが、筋肉が少なくなり脂肪だけは残っている。やはり運動は大切に思う。

チャンコ鍋は以外と肉を使わず、魚が多い。肉も九割は鶏肉で一割が豚肉を使っている。しかも肉を使うときは何回も脂を掬って捨てている。野菜は食べる直前に入れ、長く煮ることはしない。これが健康食と思っている。

(辻教授) 運動はたいしたことない。体を動かすことが心臓などによい。一日に三〇分歩くことから始めてよい。通勤や仕事などで普通に歩くことで違ってくる。

音読と計算を、七〇才以上の人を対象に実行しているが、かなりの効果が出ている。音読・計算は脳のウォーミングアップになり、頭の活性化になっている。予想以上に改善している。また、参加者に自信がつい

てきた。年をとるにつれいろいろの機能が落ちてきたが、音読や計算をすることで改善した。年をとれば機能の低下が避けられないという考えが変わってきた。即ち目的課題を持って人と触れ合い、励まし励まされれば年をとっても改善出来ると考え方が変わってくる。何もしないと刺激が少なく脳も落ちてくるが、読書や計算で刺激を与えることが大切である。

(舞の海) 力士は三〇才くらいで引退している。寺尾さんは三九才まで相撲をとった。関取は二八才くらいになると、俺はベテランだと思ってしまふ。すると気力・体力など落ちてくる。寺尾さんのように、まだまだ相撲をやるんだと考える人は若くて長く相撲をとれる。

(質問) 長生きするための、運動を教えてください。

(辻教授) 長く続けられることが大事です。体調に合わせて調整できる「歩く」ことがよい。筋力が落ちてくるが、ゴムバンドを使った筋トレもよい。

まずは歩くこと。階段の上り下りから勧める。しかし足腰の悪い方や心臓の悪い方は、運動の負荷試験をするとか、かかりつけの医師に相談をするなどして運動をするとうい。

(質問) 生活習慣病の予防方法を教えてください。

(辻教授) 生活週間でなる病気ですから、治すのも習慣化する必要があります。糖尿病にしても五年十年とかかかってきているので、これを治すにも長い時間がかかります。薬はその病気にのみしか効かないが、

生活習慣病の改善行動は、いろいろな健康や病気に効果がある。

(田中取締役) サイエンスに裏付けられた商品を出している。自分が年寄りを大切にしないで、自分が大切にされるはずがない。これから高齢者を大切にしてあげたい。

(辻教授) 健康になりたい。目標があって手段として健康である。自分の好きなこと、やりたいことをやる。その結果として健康な老後がくる。自分のための健康を考えて欲しい。

(舞の海) 私も目的を持ちたい。歩き始めるとしても、目的を持って始めるとよいと思う。活力のある人生にしたい。

(質問) 乳酸菌は胃液で多くは死滅すると聞いているが、腸まで達することができませんか。

(田中取締役) 私たちは飲んだ乳酸菌が回収されるかどうか、調べている。胃のバリアを潜り消化管で働きをしていることは確認している。飲むことを止めると、二週間くらいで乳酸菌はなくなる。

パネルディスカッションの中での、辻教授のお話を中心にパネリストの舞の海秀平さん、ヤクルト中央研究所田中取締役のお話を取材しました。なお、コーディネーターはフリーアナウンサーの渡辺祥子さんです。



豆腐で長生き、病気を防ぐ 成分が豊富、国立長寿医療センター

疫学研究部長 下方 浩史

豆腐をはじめ、納豆、味噌など、日本食には大豆食品が多い。日本食の優れた点はいろいろあるが、大豆食品の多さも、その一つに上げられるだろう。それらを多く食べていることが、日本人の長寿の要因になっているのではないかととも思われる。大豆は畑の肉と言われるように、良質な蛋白質の含有量が多い。特に豆腐は大豆を消化吸収の良いように加工してあり、子供から老人まで安心して食べられ、健康食の代表である。

科学的に調べてみると、健康に良いと考えられる多くの成分が含まれている。中でも豊富に含まれているのが、イソフラボノイドだ。女性ホルモンのような働きがあることが、最近注目されている。男性よりも女性の方が長生きなのは、女性ホルモンが動脈硬化や老化の進行を防いでいるためだという学説もある。乳がんや前立腺がんの予防にも効果がある。但し、腸からの吸収性は、腸内細菌の活動の違いによって、十六倍もの個人差があるという研究がある。

脂肪の蓄積を防ぐ作用を持つサポニンや、脳の情報伝達物質であるアセチルコリンの合成に必要な、レシチンも含まれている。欧米ではレシチンがアルツハイマー病患者の治療に役立つか研究されてきた。残念ながらはつきりとした治療効果は認められないようだが、高齢者の記憶力や認知機能を改善する効果はありと言われる。動脈硬化の予防にも有効のようだ。いいことづくめの豆腐だ。健康を守るために、是非一日・百グラムは摂取したい。

(日経新聞より転載させて頂きました)

八〇二〇運動

(宮城県歯科医師連盟資料より)

八〇二〇運動とは、八〇才になっても自分の歯を二〇本以上保とうということです。親知らずを除く二八本の歯のうち二〇本があれば、殆どの食べ物を噛みくだき、おいしく食べられると言われています。歯を大事にしましょう。

歯とお口の大切な役割

歯とお口の状態が、社会生活や全身の健康に影響することが分かってきました。それは歯やお口がつぎのような大切な役割を果たしているからです。

(一) 摂食・嚥下(のみこみ)の機能

お口は、食べ物を噛みくだき、唾液と混ぜて摂食・嚥下をする器官です。また、呼吸する器官でもあります。

(二) コミュニケーション機能

声を共鳴させる器官でもあり、発音がはつきりし、明瞭に会話することができるかが、日常生活にとって重要です。また、表情をゆたかにし、楽しい日常生活にとっても大切です。

(三) 感覚の機能

おいしく食べるために、味覚・触覚・温度覚を感じる器官です。また、感覚器は脳の直接の枝葉で脳機能の活動・発達を促します。

(四) 感染防御機能

口の中にはたくさん細菌がいます。これらには病気の原因になるものもあります。また、多くの感染症がお口を通して感染することが知られています。唾液には病原菌のある細菌やウイルスを殺菌する作用があります。

肺炎を予防しましょう

肺炎は、抗生物質の発達や医療技術の向上によって、死亡率が減少していたが、最近また増加傾向にあります。特に高齢者に顕著に表れています。

肺炎の年齢別死亡率（人口十万人あたり）

| | |
|---------|-------|
| 55才～59才 | 14人 |
| 60才～64才 | 28人 |
| 65才～69才 | 58人 |
| 70才～74才 | 134人 |
| 75才～79才 | 317人 |
| 80才～84才 | 783人 |
| 85才～89才 | 1613人 |
| 90才以上 | 3419人 |

従来よりインフルエンザの予防にインフルエンザワクチンを接種したように、肺炎球菌による肺炎の予防に肺炎球菌ワクチンが開発されています。

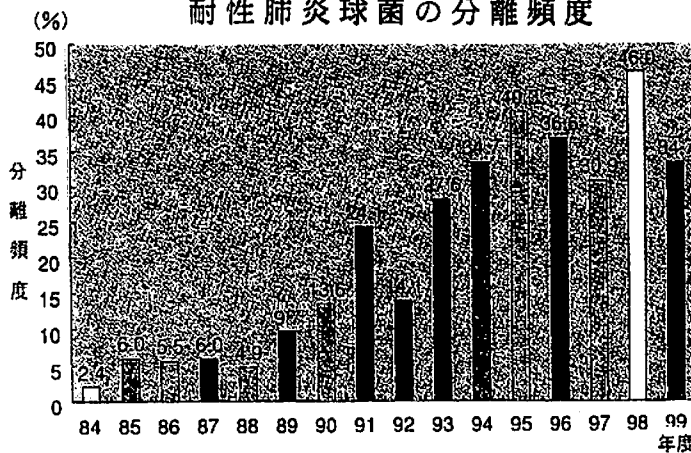
肺炎は高齢者の大敵です

高齢者にとって肺炎は怖い病気です。特に呼吸器や心臓に慢性疾患のある方、腎不全、肝機能障害、糖尿病などのある方は、肺炎などの感染症にかかりやすく、症状も重くなる傾向があります。また、急速に症状が進んだ場合、抗生物質などによる治療が間に合わないこともあります。

抗生物質が効きにくい、肺炎球菌が増えています
ペニシリンなどの抗生物質が効きにくい肺炎球菌は、一九

八〇年代後半から増加し、臨床で分離される肺炎球菌の、三〇～五〇%を占めていると言われています。

★ペニシリン菌の分離頻度



★肺炎球菌ワクチン

肺炎球菌によって引き起こされる、いろいろな病気（感染症）を予防するためのワクチンで、それ以外の原因による病気（感染症）には、予防効果はありません。インフルエンザウイルスに多くの種類があるように、肺炎球菌にも

- ・肺炎球菌ワクチンの接種も重要です。
- ・入浴などにより体を清潔に保つ。
- ・天気の良い日には外に出て日光を浴びたり、散歩などの適度の運動をする。
- ・外から帰ってきたときには、うがいをしたり、手を洗う。
- ・肺炎を始めるさまざまな病気から、体を守るには
- ・肺炎を始めたまま
- ・肺炎が大切

八〇種類以上の型があります。このワクチンは、一回の接種で、そのうちで感染する機会の多い二三種類の型に効果があると言われています。

(注) 一回の接種で二三の型ほとんどに対し有効レベルの免疫ができます。この免疫は良く持続して五年以上続きます。

ワクチンの接種に際して

肺炎球菌ワクチン接種後の副作用として、注射部位の腫れや、痛み、ときに軽い熱がみられることがあります。日常生活に差し支えるほどのものではありませんし、一〜二日でおさまります。多くのデータにより、安全に接種できることが確認されています。

ただし、過去にこのワクチンを受けたことのある人は、再接種(二回目の接種)は出来ません。接種については、先生によく相談してください。

肺炎球菌が引き起こすおもな病気

肺炎球菌は、体力が落ちていたりときや、高齢になって免疫力が弱くなってくると、病気を引き起こします。

主な病気は、

- ・ 肺炎、気管支炎などの呼吸器感染症。
- ・ 副鼻腔炎。
- ・ 中耳炎。
- ・ 髄膜炎。

(注) 肺炎球菌ワクチンをどこに保存ですか？

監修 東京専売病院長 島田 馨 (万有製薬資料より)

東北白鳥会の本年度事業計画の中に、「会員にインフルエンザ予防接種の勧奨と、費用の助成」という項目を設けました。昨年、会員で感染症(肺炎)により亡くなられた方がおられます。その悲しい事実を、少しでも防止することが出来ればと考えています。予防接種の詳細については、別途お知らせ致します。

貝原益軒の養生訓より

○ 「老後の一日」

- ☆ 老後は若い時の速さで、時が過ぎて行く。
- ☆ 一日は十日とし、十日を百日とし、百日を一年とし、楽しみ無駄に日を暮らしてはいけない。
- ☆ 腹を立てず欲を少なくし、体を養うべきである。
- ☆ 老後の一日は、千金に値する。

○ 「三楽」

- ☆ 人生に、楽しむべきことが三つある。
- ☆ 一つは、世のため人のためにする善
- ☆ 二つには、無病息災で、毎日の健康を楽しむこと。
- ☆ 三つには、長生きして、人生を十分楽しむこと。

生きるということ

仙台市 高橋 昭

私は凡そ四年ほど前に肺気腫と診断され「これは治らない病氣だ」と宣告されて、一時期はかなり気持ちが悪くなり、呼吸が荒くなったり、脈が激しくなったり、胸が苦しくなったり、死後のことを考えて遺言状を書いたり、寝つかれなかったり、夜中に目を覚まして眠れなくなったりしたこともありましたが、いろいろ思い患った末、この病氣は現在の状態をこれ以上悪くならないように努力することが大切だと思う様になり、何とか体力を付けて頑張らなければと考えるようになりました。

医者からは「風邪をひかないように」と注意を受け、人ごみの中ではできるだけ避けること、家に帰ったら手を洗い嗽をすること、たばこの煙のある所には入らないように、などのことを伺い実行しています。毎年一月には、いち早くインフルエンザの予防接種を受け、水を多く飲むように心がけ、冬はトックリのセーターを着たり、マスクをかけたたりして気を配っています。というのも高齢ですから肺炎を罹ったら駄目ですからね。もちろん気管支を拡張する薬を毎日飲んでおられます。それでも何となく息苦しくなることや頭痛もあります。歌も唄えないときもあるし、圧迫感で嫌な感じがすることもあります。安定剤を飲んで寝ると朝までぐっすり眠れるので飲むこともあります。眠っている間に口や歯の間の異物が気管に入ったりするそうのでよくないとのこと。それで、毎食後歯を磨く習慣をつけました。

白鳥会では仙台市の協力もあって、リハビリ教室を年一回

開催してありますが、これに参加して呼吸法や運動について、或いはお医者さんのお話を聞いたりして、勉強もしています。要は腹式呼吸を行い横隔膜を動かす筋を鍛えておくこと、活性化させておくことが肝要なのでしょう。

私の一日は、朝午前六時の起床に始まり、飼犬が時間を知らせてくれます。目が覚めたら、布団の中で体操をします。まず、ひざを立てて手をお腹に当て、左から下そして右へと時計回りに何度か圧をかけて廻します。これは胃腸を刺激するためです。次に二〜三度、体を右左によじって力みます。更に足を曲げ伸ばして筋肉をほぐし、その上で体の右側を下にして、静かに起床します。着替えをしたら、水を一杯飲み洗面し排便します。水は日常的に、多く飲むようにしています。犬に餌を与えて散歩に連れて行きます。

六時半頃、新鮮な酸素を吸うために、毎朝「台原森林公園」に行くのです。森林浴が呼吸器には一番良いと思いますので、凡そ五キロの道を一時間二〇分位歩きます。山坂の上りは、息が苦しくなるので、ゆっくり休み休み歩きます。だけど、だんだんその苦しさも慣れるに従って、それほど辛くなくなってきました。歩きながら「すうすう、はあはあはあ」と呼吸法に従って鼻から吸い口をとがらせて吐きますが、どうも長くは続きませんね。これは本音です。散歩は決して無理はしません。苦しい時は途中で引き返すこともあるし、別な近道を帰ることもあります。体は決して何時も良い状態とは言えませんから。また、公園には、健康広場があります。膝や腰の運動をします。足の曲げ伸ばしをして、硬直するのを防いでいます。

凡そ八時前には家に着いて朝食を摂りますが、大抵パンと牛乳、野菜サラダ、チーズとコーヒーです。できるだけ、栄養を摂るようにしています。更に自室に入って、マッサージ器で肩や背中筋肉をほごします。年をとるとどうしても筋肉が硬直しがちですから、日に二回は使うようにしています。昼は一時頃、めん類の食事をしますが、ときには納豆か卵でご飯を食べることもあります。また夕食は、できるだけ豊富な食材で、魚介類とか肉類とか、新鮮な野菜を家内がつくってくれます。栄養価は十分だと思いますが、腹八分で我慢しています。更には、もっと減塩すれば良いのではしょね。昼食後眠くなるのでうたた寝しますが、ときにはベットに入つて一時間半くらい寝てしまうことがあります。

春から秋ごろまでは、このような生活習慣がついています。冬は寒いので起きるのも辛しいし、風や雨・雪のときは家を出たくないのです、近所を一五分くらい歩き回ってごまかします。私は本を読んだり、文章を綴ったり、好きで絵を描いたり、やりたいことは結構ありますので退屈することはありませんが、人に出す手紙等は後からもう一度読み返さなければ出しません。絵も時間をおいて何度も見返し、描き加えます。

とにかく、家に閉じこもってはいけませんので、ときには旅行をしたり、温泉を訪ねたり、ボランティア活動や町内の仕事をしたりして、できるだけ人と接し楽しい思いができるように工夫しながら、これからの人生を生きたいと思つています。寝る前に風呂に入りませんが、少し温めの四一度くらいの湯に胸までつかり足を揉みほぐします。特に足の指をつまんだり、手の指を絡ませたりして血流を促します。できるだけ

ゆっくり入って、体を温めて休むようにしています。水を多く飲むので、夜は二回はトイレに行きます。やはり寒いといやですが、それも気の持ちようです。

私の場合は、まだ酸素ボンベを使っていませんが、最近同じ病気の患者が増えてくるようです。病気とともにある人生をどのように生きるか、これは人それぞれですが、心がけ次第でありましょう。

借りたら返す

永六輔

生きていると、いうことは

誰かに借りを、つくること

生きてゆくと、いうことは

その借りを、返してゆくこと

誰かに、借りたら

誰かに、返そう

誰かに、そうして貰ったように

誰かに、そうしてあげよう

永六輔さんは、仕事が忙しく人間らしく過ごしたのは、ご家族に囲まれていた時と言います。

旅暮らしの中で、一番好きな旅はと聞かれたら、「我家への帰り道」と答えるそうです。

仙台市、パルスオキシメーターの 給付対象者を拡大

仙台市では平成一五年六月から、在宅酸素療法者で三級以上の呼吸器障害者等に対して、パルスオキシメーターの購入費用(基準額三七〇〇円)の助成を実施しましたが、平成一六年度からは

- (一) 仙台市にお住まいの方。
- (二) 医療保険における在宅酸素療法を行なっているか、人工呼吸器を常時必要とする方。
- (三) 呼吸器機能障害又は心臓機能障害を有する身体障害者の方。

または同程度の障害を有する重度の重複障害者の方で、福祉事務所長が必要と認められた方。

対象者を拡充することになりました。対象となる方は、この福祉施策を日常の健康管理に活用して下さい。

仙台市の前向きな取組と、長年にわたり問題の解決のために白鳥会を支援して下さいました熊谷義夫仙台市会議員に対し、心から感謝申し上げます。

仙台市議会健康福祉委員会、仙台市山浦健康福祉局長は「低肺患者らを対象に始めたパルスオキシメーターの購入補助は、二月末現在で受給者が二八人と、仙台市が見込んだ約百人を大きく下回っている。」と実施状況を説明し、「補助制度をPRし、三級以上の障害者への受給促進に努めるほか対象を四級にまで拡大することも検討したい」と説明していた。(熊谷議員の質問に答え)

東北大、川島隆太教授の 脳ドリルが脳を活性化

簡単な計算・音読を行うことで、脳を活性化し痴呆の予防になるという。脳機能の研究者、川島教授の「大人の音読ドリル」「大人の計算ドリル」が爆発的に売れている。アルツハイマー病の高齢者や、老人ホームの高齢者などを対象に、「読み、書き」「計算」を一日二〇分、週に二〜五回の学習療法を行ったところ、身の回りのことが出来るようになったり、家族の名前や過去の出来事を思い出せるようになった人が増え、痴呆の症状が改善するなど、大きな効果をあげているという。

音読や計算中の脳の活動の様子を調べてみると、言語や数の理解をつかさどる前頭部の血流が多くなり、活性化し、脳全体を刺激し、活発に働くことがわかった。特に、集中力が高まる朝に、五分程度の学習療法をするのが、最も効果的という。

高齢者の健康寿命をのばし、痴呆や介護を予防するには

- ・ 図書、新聞、テレビなどを見る。特に興味のあるものをみる。知的活動は脳の活性化に効果が大きい。
- ・ 歯を丈夫にして、よく噛んで食べる。歯が少なくなると、脳が萎縮する。噛むことはボケ予防に効果的である。

・ 音読、簡単な計算を実践し、脳を活性化させる。

宮城県からのお知らせ

特定障害疾患医療受給者証又は松和者証の 更新手続きについて

現在発行されている、特定疾患医療受給者証の有効期間が平成一六年九月三〇日までとなっております。一〇月一日以降も継続して受給するには、更新の手続きが必要となります。

そのため、対象となる受給者の方には、「特定疾患医療受給者証の更新手続きの御案内」が送付されていますので、お早めに手続きを行うようにして下さい。

(1) 提出する書類は

- ・ 特定疾患医療受給者証交付申請書（様式第1号）
- ・ 特定疾患医療受給者証交付申請書（2）

* 世帯全員の住民票、生計中心者の所得税に関する証明書を添付すること。

- ・ 臨床調査個人票（原則として医師が記載する）
 - ・ 臨床調査個人票の研究利用についての同意書。
- (2) 提出時に持っていくものは、上記書類の他に

- ・ 印鑑
- ・ 健康保険証
- ・ 現在持っている、医療受給者証
- ・ 老人医療受給者証、身体障害者手帳、障害者年金証書（1級）を持っている方は持参すること。

(3) 受付機関
仙台市各保健福祉センター及び県内各保健所。

(4) 受付日
仙台市は7月5日～9日、7月26日～30日

仙台市以外は、7月1日～8月2日までの間で、定められた受付日となっているので、よく調べて申請して下さい。

なお、重症の方は「重症用」のご案内が届いていますが、その場合は
提出書類は

- ・ 特定疾患医療受給者交付申請書（様式第1号）
- ・ 臨床調査個人票（原則として医師が記載する）
- ・ 臨床調査個人票の研究利用についての同意書
- ・ 重症患者認定申請書（様式第2号）

* (1) 診断書（様式第3号）

(2) 障害年金証書（1級）の写し、

(3) 身体障害者手帳（1, 2級）の写し、
上記のうちいずれか一つを添付する。但し2, 3を添付する場合は、身体障害者手帳等による

障害名と特定疾患の因果関係を明らかに証明できる場合に限られます。

提出時に持っていくものは、上記書類の他に

- ・ 印鑑
 - ・ 健康保険証
 - ・ 現在持っている医療受給者証
 - ・ 老人医療受給者証、身体障害者手帳、障害者年金証書（1級）を持っている方は持参すること。
- * 不明の点は宮城県福祉部健康対策課からの文書を見るか、近くの関係機関に問い合わせして下さい。

生体肝移植

ドナー心理把握へ

研究会二六〇〇人にアンケート

肝移植に携わる医師らでつくる日本肝移植研究会（会長・門田守人・大阪大教授）は二一日、広島市内で記者会見し、生体肝移植で肝臓の一部を提供するドナーの心理、社会的な問題を把握するため、ドナー約二六〇〇人を対象にアンケートを行うと発表した。

生体肝ドナーに対する大がかりな調査は初めて。調査結果は九月の日本移植学会で発表される。

生体肝移植の問題はこれまで患者の側から議論されることが多く、ドナーの抱える問題はあまり知られていなかった。しかし手術後に合併症を患う例が少なくなく、昨年五月には京都大病院で娘の生体肝移植手術で、肝臓を提供した女性が死亡。今後、生体肝移植を進める上で、ドナーの実態を詳しく調査する必要性が高まっていた。

調査を担当する里見進東北大教授は「インフォームドコンセント（十分な説明と同意）には、ドナーの悩みなどの十分な情報が必要。回収率を高め、現状を十分把握したい」と話している。

(河北新報から転載)

東北大入医工学子機構

学部昇格で開発加速

2008年めど 研究者に年俸制

東北大学先進医工学研究機構の黒川良望教授は、四月十四日二〇〇八年までをメドに、同機構を「学部」か「研究科」に格上げし、先端医療機器の開発を加速させる考えを明らかにした。

企業からの登用者を含む研究者に、東北大の組織として初めて年俸制を導入、成果主義を徹底して競争力を高める。

同機構は昨年十月に設立した。医学部にも属さず、玉井信機構長をトップに、研究者を公募で選ぶ新しいスタイルを採用。文部科学省の「スーパーCOE」にも採択され、昨年度から五年間で約六十億円の事業費を投じて、先端医療分野の開発を進めている。

これまで医師免許を持たない工学系の研究者は、直接臨床に携わることが出来なかったが、学部昇格すれば免許取得による臨床参加に道が開ける。「患者と直接向き合うことにより、実質的な開発が可能になる」（同機構）とみており早い時期の昇格を目指す。

再生医療や超精密治療機器など、二〇のタスクチームのリーダーは公募で選んだ。先端医療分野で大学間競争が激化するなか、競争原理をテコに実用的な開発を目指す。

(日経新聞から転載)

* 会員からの便り *

上月先生の講演を繰り返し読んでいます。

仙台市 高橋 明

仙台市身体障害者福祉協会の、評議員になりました。

実は姉が三月二五日に亡くなり、このところ、がっかりしています。「白鳥」を届けていただいております、感謝しております。姉も絵を描いたり短歌を作ったり、多彩な人でした。八〇才でした。人生いろいろですが、肉親の死は悲しいものです。

白鳥「医療情報誌」には、上月先生の講演内容や、その外の先生のお話が掲載されており、大変有意義でした。何度も読み返しております。

パルスオキシメーターは良かったですね。私もよかったです。お借りしたいと思っています。

パルスオキシメーターの助成感謝しています。

青葉区 菅野 敏夫

パルスオキシメーターの助成を「白鳥」で知りました。息ぎれで、歩行が困難なので白鳥からの情報、大変に助かっています。パルスオキシメーターを大事に使っています。

在宅酸素の生活です。

会報いつも有り難うございます。

岩沼市 岩藤 けん

私、初めての総会に出席したいと思いますが、今のところ

は遠くにいきませんので不安です。欠席させて頂きます。いつも会報を拝読し、会長や役員の方々に感謝しております。昨年春、長引く風邪に無理を重ね内科より呼吸器科に変えたところ、検査結果心肺気腫と診断され、在宅酸素、二四時間の生活になります。

主人は会報を楽しみにしています。

古川市 高橋 幸絵

主人は毎日苦しい苦しい日々ですが、私はただ一緒にいるだけで、かわってやることも出来ず悩む毎日です。

会長さん始めボランティアの皆さんには、白鳥会報が届くたびに、心から感謝の気持ちで一杯です。私には何もできず、心苦しい思いです。これからよろしく願います。

すべてリハビリと思って努力しています。

巨理町 石田 富美江

毎日三回のネプライザー、夜は鼻マスク式人工呼吸器を使っている生活です。週に一回ヘルパーさんに器具の消毒と部屋の掃除を、訪問看護士さんには入浴の介助をお願いしています。

生活することはすべてリハビリと考え、マイペースで動くように努力していますが、なかなか外出は思うようになりません。

会長さんの体調回復を心から祈っています。ボランティアの皆さんにも感謝します。充実した「白鳥」誌の情報をいつも有り難く、読ませて頂いております。

編 集 後 記

○ 白鳥会が発行している「医療情報誌」について、宮城県共同募金会から配分金のご承認を頂いた。大変に有り難いことと心から感謝している。障害者の会の運営は厳しい状況にあり、このようなご支援を頂けることに心から感謝し、よりよい情報誌の発行に向けて一層の努力をしていきたい。

○ 飛田先生の講演「息をすることの不思議」は、呼吸のことについてわかりやすく説明して頂いた。また、無呼吸症候群の呼吸が止まる恐ろしさを教えて頂いた。先生のお話の中で「酸素療法者の介護施設への入所希望が断られた」とのこと、大きなショックでした。関係者の理解を得られるような活動の必要性を痛感した。

○ 先日の白鳥会総会に、村上会長が参加されませんでした。今まで総会は勿論、医学講演会など欠席したことはありません。最近健康が優れず、大変に辛い選択だったと思います。村上会長の心中を察すると、胸が熱くこみ上げてくるものを感じます。暫くの間は療養に専念し、再び元気な笑顔で白鳥会をリードして頂くよう願っています。やはり、村上会長の力が必要です。

○ 今朝早く目が覚め、瀬戸内晴美「人懐かしき」を読んでいる。そのなかに「生きるということ、人に出逢い、そしてやがて別れてゆくということかも知れない。それは限りなく繰り返し渚に打ち寄せ、去ってゆく波の動きに似ている。人との出逢いの後には必ず想い出が残される。たとえ傷つけあった別れであっても、想い出の中では美しかったことや懐かしかったことが、渚の桜貝のようにちりばめられているものだ。この地球に同じ時代に生まれあわせたことが不思議なのに、何百億の同時代人の中から巡り合うことは、いっそう不思議という他ない」と書いてある。私と村上会長との出会いも「兄が同時期に同じ病院に入院し肺の胸郭成形手術をしていたという」不思議なめぐり合いだった。心からご回復を祈る。 大友。

御入会の方法と会費のお知らせ

会員又は、賛助会員に御加入の方は
左記住所宛に御連絡下さい。

会 費

入会金 千円 年会費 三千元

仙台市内会員 入・千円 年会費三千五百円

(仙身協会費 五百円を含む)

事務所

仙台市若林区木ノ下一七七一
東 北 白 鳥 会

〇二二―二九一―一三三〇

郵便振替

〇二二〇〇―四一〇〇六七四五
七十七銀行本店 普 一〇〇―五三七二八二八

山形県の方は

事務所 山形市印役町一―十二―三十五

東北白鳥会山形県支部

支部長 吉 田 清 治

〇二二―六二四―五〇六〇

郵便振替 〇二二五〇―五―三七〇〇二

山形銀行鈴川支店 普 六三一―六一二

恐れ入りますが、郵便振込紙で、

受領書に代えさせていただきます

白鳥会は貴方の会費で維持されます

会費納入をよろしくお願い申し上げます。