



Rotary International District 2800

山形西ロータリークラブ会報

会長：東海林 健登 幹事：武田 岳彦

奉仕しよう みんなの人生を豊かにするために

地区目標

中核的価値観のもと、時流対応の時
～奉仕の心の醸成と実践するロータリアン～

クラブテーマ

ロータリーの価値を改めて考え、そして楽しもう

◆点鐘：東海林健登 会長

◆ロータリーソング：四つのテスト

◆司会：三沢大介 S.A.A.

◆完全 Zoom 例会



Yamagata West Rotary

第2938回例会

令和4年3月28日(月)

会長あいさつ

東海林 健登 会長



めっきり春らしく感じる今日この頃。山形県の魚、サクラマス（サクラマス）の季節となりました。サクラマスはヤマメの降海型の魚であります。姿も味も良い高級魚であります。名前の由来は「桜の咲く頃に生まれた川へ戻るから」「成熟し産卵期が近づくと

体の色が桜色になるから」などといわれております。庄内では昔から春の祭りに欠かせないごちそうとして親しまれており、3月から5月までが旬の魚です。春近くになると産卵のためその名のとおり体を桜色に染め、川を目指して集まってきます。そのほとんどが海で獲られますが、最上川、赤川などの川に上ってきたものがカワマスと呼ばれ、焼けば滴り落ちるほどの脂が乗った味の良さは格別であります。サクラマスの食べ方はどんな調理法でもおいしいけれども、私は塩焼きが一番好きであります。皆さまも旬の魚であるサクラマスを、好みの料理法でお楽しみいただければと存じます。

4月1日、県内各河川で溪流釣りが解禁になります。若い頃、溪流釣りが好きでよく庄内地方の五十川、温海川、鼠ヶ関川、特に頻りに早田川（わさだがわ）というところに通っておりました。朝5時頃こちらを出発し、朝方から昼頃までの釣行でありました。

溪流は朝間詰めの一時しか釣れませんので、イワナ、ヤマメ、結構釣れて楽しく遊ばせていただいた思い出がございます。海が近い人は海釣りしかなく、川釣りなんかしないので非常に魚影が濃いため内陸から行く人にとってはパラダイスのような川でございました。

自然の中で時を忘れて魚釣りをする、珠玉の時間を過ごさせていただきました。最近の庄内地方の河川の状態などはよくわかりませんが、また今年も時間を作って足を伸ばしてみたいものであります。

幹事報告

武田 岳彦 幹事

- 例会の運営についてですが、先だって臨時理事会を開催しまして、4月4日以降の例会につきましては、会場で開催するということになりました。詳細につきましてはFAXでご連絡をいたしますので、お間違いないようよろしくお願い致します。例会場で皆さまとお会いできることを楽しみにしています。
- 曾根賢治会員が異動に伴い退会となります。これまでいただいたご尽力に感謝を申し上げ、今後益々のご活躍を祈念してご報告といたします。

退会のあいさつ



曾根 賢治 会員

この度4月1日付で本社に転勤することとなりました。ロータリークラブでは2年間、皆さまに大変お世話になりました。本来であれば皆さん一人一人にお会いしてご挨拶できれば良かったのですが、大変恐縮ですが画面越しにご挨拶をさせていただきます。

歴史と伝統のある山形西ロータリークラブに入会させていただき、縁もゆかりもない山形で、皆さまに大変あたたかく接していただき、良い思い出になりました。重ねて御礼申し上げます。

最初の1年間は会報委員会、現在は職場交流委員会に所属させていただき、同じ委員会のメンバーの皆さまには公私にわたりお付き合いいただき、ありがとうございました。今年の春のコンペには参加できませんが、それがちょっと心残りではありますが、後任にはしっかり手伝うように話をしておきましたのでよろしくお願い致します。

最後になりますが、山形西ロータリークラブの益々の繁栄と会員の皆さまのご健勝とご多幸を祈念し、画面越しで恐縮ですが退会の挨拶とさせていただきます。2年間お世話になりました。ありがとうございました。

ごあいさつ



高橋 修 さん

山形ロータリークラブ
会長

皆さん、こんにちは。山形クラブ会長の高橋です。どうぞよろしくお祈りします。

今日出席させていただいた目的は3つございます。

1つ目は、当クラブの70周年の記念式典祝賀会のご案内です。大変遅くなりましたが、4月23日、メトロポリタン山形で4時20分登録開始、5時式典の開会点鐘で行います。人数が5～10名程度のご登録をお願いします。人数の調整等がございますので、その件に関しましては東海林会長よりお願いいたします。

2つ目は、西クラブさんからいろんなことを学びたいと思って出席をさせていただいております。前はニコニコの記入する用紙が各テーブルにあるということに大変驚きまして、早速それをまねさせていただきました。今回はこのオンラインの例会についていろいろ参考にさせていただければと思います。

3つ目は、私も尊敬をする伊藤先生が今日の卓話ということで、それをぜひ聞きたいと思って今日は出席をさせていただきました。どうぞよろしくお祈りします。



菊地 賀治 さん

山形南ロータリークラブ創立50周年記念
実行委員会 副実行委員長

私、山形南ロータリークラブ創立50周年記念実行委員会副実行委員長の菊地でございます。例会の貴重なお時間を頂戴しまして、誠にありがとうございます。本日は山形南ロータリークラブ創立50周年記念式典のご案内をさせていただきますと思います。

5月7日土曜日、ホテルキャッスルにて開催をさせていただきますと思ってございます。登録受付は1時半から。記念式典は2時30分から。記念講演は3時40分から。内容は「COOL JAPAN山形を語る 外国人から見た山形」と題しまして、ゲストにはダニエル・カールさんほか山形県在住の外国人の皆さまからご参加をいただきまして、我々の知らなかった山形のいいところなどディスカッションをしていただきます。後半はダニエル・カールさんの講演も予定をさせていただきます。

記念祝賀会になりますが、5時30分から予定をさせていただきます。現段階ではコロナウイルス感染拡大対策を万全にしまして実行する予定でございます。

5月7日、皆さまのお越しを山形南ロータリークラブ一同、心よりお待ちしております。どうぞよろしくお祈りいたします。本日はありがとうございます。

ニコニコBOX

〈3月28日〉

東海林健登会長／敬愛する伊藤義彦先生に卓話をさせていただくことにニコニコします。ありがとうございます。

山形ロータリークラブの高橋修会長／70周年記念式典のご案内

本日山形ロータリークラブ70周年記念式典のご案内でお邪魔しました。よろしくお祈りいたします。

伊藤義彦さん／本日大変光栄です

本日、会員卓話にご指名いただきありがとうございます。大変光栄です。ニコニコいたします。

曾根賢治さん／お世話になりました

皆さまには2年間大変お世話になりました。感謝の気持ちを込めてニコニコします。

Zoom 教室

3月14日月曜日に、山形グランドホテルにて
Zoom教室を開催しました。



説明を聞きながら、スマホとにらめっこ。
短い時間でしたが、最終的には皆さん
使いこなせるようになりました。



**带状疱疹を知る
将来なくなるのか**

伊藤 義彦 氏

明石医院 院長

私が西ロータリークラブに入会させていただきしたのは昭和52年の9月10日であります。私は例会ごとに会員名簿を持ちながら、先輩の会員の方々のテーブルに座っているいろいろお話を聞くのが大変幸せでした。私にとって西ロータリークラブは人間学修練の場であり、また心の安らぎの場所でありました。以来、ロータリー歴44年を迎えますが、今もって元気でこのような卓話をさせていただくことに幸せを感じます。

今日は「带状疱疹を知る」ということでお話をさせていただきます。

带状疱疹はこの4～5年間、非常に環境が変わってきて、带状疱疹がすごく増えてまいりました。带状疱疹というのは人間とサルしかありません。それがまた欠点でもありまして、実験動物にそのウイルスを移植させることができないので研究が少し遅れているということがその実態であります。

さて、带状疱疹はどういうふうな疫学をもっているかと申しますと、80歳までに3人に1人が带状疱疹になる時代になりました。70歳以下では1,000人に5人、70歳以上になりますと1,000人に10名の方が带状疱疹になっているという統計であります。この10年間の発症率を見ますと、1年間の発症率は23.1%増えております。23年後を見ますと、53.3%の増加であります。

水泡带状疱疹はウイルスによる感染症です。このウイルスに私たちが初めて感染すると、水疱瘡になります。そして治ったあともこのウイルスが体から出ていくのではなくて脊髄にずっと巣食っておりまして、潜伏感染して私たちと一生を共にするのであります。

ところが私たちの身体の免疫力が落ちたり、過労になったり、また抗がん剤を使ったりして免疫力が落ちこちてしまいますと带状疱疹を発症いたします。ここでよく「免疫力が落ちこちる」と話しますけれども、全部の免疫力が落ちるのではなくて、この水痘带状疱疹ウイルスに関しての免疫力が下がるからであります。

年齢層を見ます、働き盛りの20～30歳、それから60歳以降となっております。そして好発部位は、最も多いのは胸と背中が带状疱疹の発症の55%であります。

発症のきっかけ



それから2番目は三叉神経第1枝。三叉神経というのはご存じかもしれませんが、頭、額、目の周りであります。これが大体20%、そのほかはいろいろ起こってきます。

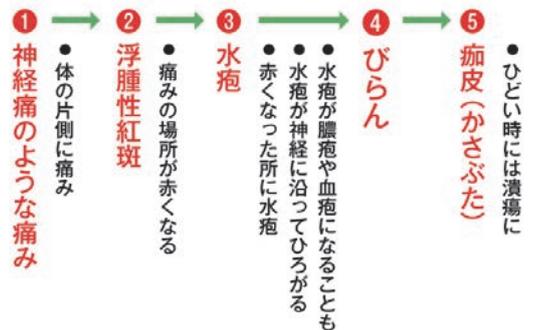
この発症のきっかけはやっぱり過労、精神的ストレス、老化などあります。そのほか悪性腫瘍とか膠原病で免疫抑制剤、ステロイドなんか使っているとすることがあります。しかし带状疱疹の発症の8割以上は疲れによってなっていくことがあります。これは水疱瘡に感染しますと、みんな带状疱疹になる可能性があるということをお示ししております。

さて、带状疱疹の症状を申しますと、痛みを感じる、赤くなる、水ぶくれが生じる、ただれる、かさぶたになる、というような経過を送ります。実際は神経痛のような痛みが起こった時点においてもうすでに带状疱疹が起こっているわけであります。

そして赤みがあって、水泡ができる。痛みというのは痛痒い、針を刺すような痛みというような痛みです。後遺症なく带状疱疹を治すためには、皮膚症状が出て3日以内に治療を開始いたしますと、後遺症なく治ります。

それから要注意は、手にもできやすい。こうなりますと神経麻痺なんかを起こすことがありますので、非常に要注意です。手にできる带状疱疹の場合、これも非常に神経麻痺を起こす可能性がありますので、気をつけなければいけません。

経過



さて、带状疱疹というのは、大部分のものが体の半分にはしかできない。1つの神経の分布によってなっていくのが大部分ですが、しかし、両側性に見られる带状疱疹があります。それから全身に皮膚症状が、湿疹がばらまかれる带状疱疹があります。体の隠された内臓の悪性腫瘍、または白血病なんか隠れているからです。

带状疱疹の合併症として最も診断が多いのは、带状疱疹後の神経痛。これは、皮膚症状が治ったあとも痛みが残るということであります。原因は治療開始の遅れであります。皮膚症状が起こって3日以内、または5日以内に治療すれば、これは完全に防げます。

それから2番目にハント症候群とありますけれども、これは耳のところにできた带状疱疹です。これになりますと、顔面神経麻痺とか、それからめまいとか、そういうことになってきます。それから腰とかお腹にできますと、膀胱直腸障がい、おしっこが出なくなったり、便が出なくなったり。それから目の周りにできますと、網膜炎とか視力低下などが起こってきます。これはいわゆるハント症候群、こういう耳のところにできた带状疱疹は要注意であります。こういう時は耳鼻科の先生と共同で治療して、入院治療が

必要です。この患者さんの喉を見ますと、喉にもありまして、顔面神経麻痺が起こっております。

さて、带状疱疹からは带状疱疹はうつりません。水疱瘡をやっていない人には水疱瘡としてうつります。

さて、なんでこんなに带状疱疹が増えたのでしょうか。まず高齢化。まず带状疱疹は皆さんの記憶では一生に1回という記憶があると思います。これは平均寿命が60歳の頃の話であります。それから水痘ワクチンの接種。2014年7月から1歳以降の子どもさん方が水疱瘡のワクチンをするようになりました。それをすることによってブースター効果が得られなくなったわけでありまして。

ここでブースター効果についてお話します。小さい子どもさんが水疱瘡になってくれますと、「くれますと」と言うのはおかしいですけど、吐く息によってウイルスを空中にばらまくわけです。それを第三者の世間の人々が吸うことによって免疫の増強効果が得られるわけでありまして。

そうすると、子どもさん方が水疱瘡にならないんだからウイルスをばらまくことがなくなったためにブースター効果、免疫増強が得られなくなってきたからであります。世の中クリーンになってしまいますと、こういうふうな逆の現象が起きてきます。

ワクチン接種をした場合、子どもさんの带状疱疹は少なくなつてまいりました。これは普通に水痘になりますと、100分の2.46の割合で带状疱疹が起こっています。しかしワクチンをしますと、子どもさんが100分の0.5ぐらいしか带状疱疹になりません。その理由をお示しします。それが将来带状疱疹がなくなるのかという課題なんですけども、その将来というのは私たちが生きてる世代ではなくて孫の次の次の世代、水痘ワクチンをやっている人口の割合が8割を超えた時にこれが起こるのではないかという考えであります。

それはどういうことかと言いますと、水疱瘡になりますと、そのウイルスがたくさんおりますので、背中に、体のほうに潜伏しているわけでありまして。これが活性化するから带状疱疹になるわけでありまして、反対に水痘ワクチンを打った子どもさんというのはウイルス量が非常に少ないために、脊髄の中に潜伏するウイルスがないわけです。ですから、無いものは出せないと同じように、活性化することはできないわけなんです。ですから再活性化はできない。そのために将来、带状疱疹がなくなるのではないかと。みんな、国民の8割以上が水痘ワクチンをやった世代になりますと、こういうことが起こってくるのではないのでしょうか。実際に今の時点におきまして、水痘ワクチンをやった子どもさんのほうが3分の1以下になってまいります。

増えた理由

(1) 高齢化

(2) 水痘ワクチン接種

ブースター効果が得られない

(3) 薬物療法

ステロイド・バイオ・JAK阻害薬

今非常にDNAなんて言葉はなじみのある言葉になってきたのですが、抗ウイルス薬はDNAの複製を阻害いたします。複製が盛んに行われるのは早期の治療。これもコロナと同じでありまして、皮膚症状の発現後3日以内ですと100%治せます。5日以降になりますと薬の効果も減弱してまいりまして、薬の種類にもよりますが75%とか53%くらいになるんだそうです。

それで、なんで痛いんでしょうかということになります。脊髄の中にウイルスが潜伏しているのですが、体の免疫量が落ちこちやうとこの神経に沿って炎症を起こしながら皮膚に到達するわけでありまして。皮膚のところは全然痛くないです。このレーンの中の神経が炎症を起こすから痛いんです。

ワクチン

●**生ワクチン** 水痘ワクチン“ピケン®”“ZOSTAVAX®”
病原性を弱めた細菌やウイルスその物を成分としたワクチン

●**不活化ワクチン** サブユニットワクチン“シングリックス®”
病原性をなくした細菌やウイルスの一部を成分としたワクチン

発症予防効果: 93.1%
PHN : 88.8%
2回の筋注 1回目後2か月

他のワクチン接種を行う時
生ワクチン: 27日以上あける 不活化ワクチン: 6日以上あける

なんでさっきから早期治療、早期治療と申しますと、炎症を早く叩けば炎症はそのまま。ところが遅くなってしまつとその神経が変性を起こしてくる。変性を起こしますと、痛みに対する過敏性が高まって、普通は10の刺激じゃないと痛みが起らないのが2~3の刺激で痛みが起こってくるようになるわけでありまして。でありますから、これが変性をしないうちに早く叩くことが大事です。

今、带状疱疹のワクチンというものが出ております。ワクチンには2種類ありまして、生ワクチンというのは、病原性を弱めた細菌やウイルスそのものを成分としたワクチン。それから不活化ワクチンというのは病原性を全く無くした細菌やウイルスのワクチン。どちらが効くかということ、生ワクチンをした人は5割ぐらいしか効果がありません。不活化ワクチン、商品名はシングリックスというのですけれども、これですと93%抑えます。それから带状疱疹後の神経痛を88%抑えます。生ワクチンのほうは1回で済みますが、不活化ワクチンは2回の筋注が必要です。料金にも違いがあるので打つ際にはご確認ください。

最後に、「Take Home Message」今日聞いたこと、たった1つだけでよいので覚えていってください。自宅に、覚えたこと、メッセージを持ち帰ってください。带状疱疹になりましたら早期の治療開始です。その理由は後遺症を起こさないこと。それから生活の質を低下させない。この2つのために早期治療が必要です。その予防のためにも水痘ワクチン、带状疱疹ワクチンをやられたほうがよいかと思えます。20年は効くといわれています。自分の将来のためにもおすすめいたします。どうもありがとうございました。

本日出席 (3 / 28)

会員総数

99名

出席会員数

52名