

ROTARY WEEKLY

HIROSHIMA KUKO ROTARY CLUB WEEKLY



広島空港ロータリークラブ週報

会長 松本邦雄 / 副会長 橋濱智美 / 幹事 佐々木正親 / SAA 鶴田秀樹

2016年7月20日発行

事務所 〒729-0417 三原市本郷南6丁目3-26番地 三原臨空商工会内2F

TEL 0848-86-0986・FAX 0848-86-0992・E-mail h.kukorc@vega.ocn.ne.jp・http://hiroshima-kuko-rotary.jp/

例会場 〒729-0416 三原市本郷町善入寺64-25 広島エアポートホテル TEL 0848-60-8111 FAX 0848-86-9222

JULY 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
 例会 例会 例会 例会

本日のプログラム (7月20日)

三原やっさ祭り実行委員長 新田圭司 様
 「第41回三原やっさ祭りの取り組み」

次回のプログラム (7月27日)

がん予防推進委員会 part 1
 佐々木 正親 会員「口腔がん」

第1037回 2016年7月13日 例会記録

点 鐘…松本会長

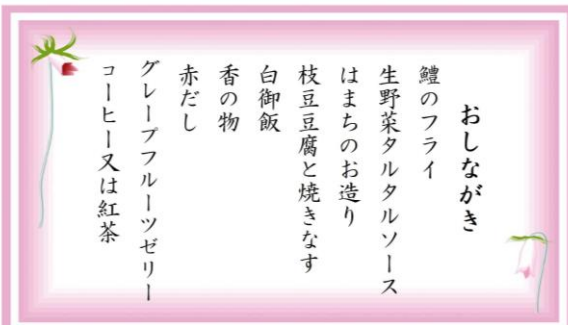
ロータリアンの行動規範

ロータリアンとして、私は以下のように行動する。

1. 個人として、また事業において、高潔さと高い倫理基準をもって行動する。
2. 取引のすべてにおいて公正に努め、相手とその職業に対して尊重の念をもって接する。
3. 自分の職業スキルを生かして、若い人びとを導き、特別なニーズを抱える人びとを助け、地域社会や世界中の人びとの生活の質を高める。
4. ロータリーやほかのロータリアンの評判を落とすような言動は避ける。

ソング…「それでこそロータリー」

食事時間



出席報告

	会員数 名誉会員	出席者	メイク	欠席 (免除)	出席率
本日 (7/13)	24 1	21	0	3	87.50
メイク					
前々回 (6/29)	24 1	22 1	1	1	95.83
メイク		重森			

会長時間

今朝がた東広島地区は雨が
 沢山降り洪水警報も出ました。
 災害はいつ来るかわかりませ
 んので、日ごろの備えをお願い
 します。



参議院の選挙も終わり自民
 党、公明党、維新の会を合計して3分の2を超えるよ
 うになりました。いろいろと新聞などで報道されてい
 ますが暴走はしないようにしてほしいものです。次は
 都知事選挙も明日告示となります。

イギリスではEU脱退で離脱派と残留派とでいろ
 りありましたが、決選投票ではテリーザ・メイ保守党
 党首が、本日7月13日に正式に首相に就任。マー
 ガレット・サッチャー(イギリス初の女性首相在任:
 1979年 - 1990年)以来女性2人目の首相です。そ
 してアメリカでは、大統領選挙があり、クリントンさ
 んがなれば女性で初めての大統領です。

日本では、厚生年金5兆円の赤字も報道されていま
 すが、国会後に審議することになっており9月頃にな
 るようです。

幹事報告

《配布物》週報1036号、ロータリー行動規範
ガン予防アンケート結果

《回覧》納涼家族例会

日時 2016年8月6日(土)19:00~

場所 広島エアポートホテル

第21回全国空港RCフォーラム

日時 2016年9月10日(土)12日(日)

場所 名古屋キャッスルプラザ

近隣クラブ例会変更

卓話時間

本年度活動方針

ガン予防推進委員会 委員長 谷本康信



委員 堀内 至・楠部 滋・佐々木正親

2014年にがんで亡くなった人は、36万8,103人で死亡総数の28.9%を占めており、1981年に脳卒中を抜いて死因のトップとなって以来増え続けています。

今年度、奉仕プロジェクトにがん予防の推進が組み込まれる事になり、当クラブとしては『がんを防ぐための新12か条』を職場、学校、公的機関そして地域社会に啓蒙していきたいと思っています。

会員組織委員会

委員長 澤井一徳

委員 会員全員



- ① 会員全員が会員組織委員会です。
全員の力で一人でも多くの会員獲得に頑張ります。
- ② 会員増強3名以上を目指します。
併せて、女性会員の増強にも努めます。
- ③ 当クラブのエリアは広域であるため、情報収集が困難です。各地区の会員の方々に多くの情報提供をお願いします。

地区	リーダー	委員
東広島・大和地区	松本	近藤・佐々木 重森・楠部 乗越・武野 玉川
本郷地区	谷本	堀内・森崎 熊谷・大塚 澤井・大下 鶴田秀樹
三原地区	灰谷・河井	鶴田幸彦・橋濱 藤川・三好 川本・桐島

- ④ 若い会員を増やし、より元気で楽しいクラブにしましょう。

がんを防ぐための新12か条

1条
たばこは
吸わない



2条
他人のたばこの煙を
できるだけ避ける



3条
お酒は
ほどほどに



4条
バランスの
とれた
食生活を



5条
塩辛い食品は
控えめに



6条
野菜や果物は
豊富に



7条
適度に運動



8条
適切な体重維持



9条
ウイルスや細菌の
感染予防と治療



10条
定期的な
がん検診を



11条
身体の異常に
気がいたら、
すぐに受診を



12条
正しいがん情報で
がんを知ることから



出典：がん研究振興財団「がんを防ぐための新12か条」

三原市のがん検診(平成28年度)

健診項目	対象年齢	自己負担金【注意(2)】	
		1. 市内医療機関の健診	2. 地域での集団健
胃がん検診(バリウム検査)	40歳以上(月末年齢)	1,700円	1,000円
胃がん検診(胃カメラ検査)	40歳以上(月末年齢)	3,000円	実施しない
大腸がん検診(便潜血検査)	40歳以上(月末年齢)	600円	600円
肺がん検診(レントゲン検査)	40歳以上(月末年齢)	200円	200円
肺がん検診(低線量CT検査)	40歳以上(月末年齢)	3,000円	実施しない
前立腺がん検診(血液検査)	50歳以上の男性(月末年齢)	800円	800円
乳がん検診 【視触診+マンモグラフィ】	40歳以上の女性(月末年齢) ※元号奇数年生まれ	無料 但し、市の検診のほかに必要な検査が生じた場合は、改めて料金がかかる場合があります。	無料
乳がん検診【視触診のみ】	20歳～39歳の女性		
	40歳以上の女性(月末年齢) ※元号偶数年生まれ		
子宮頸がん検診 (視診・内診・細胞診) ※経膈超音波検査等は改めて料金が必要です。	20歳以上の女性		

東広島市のがん検診(平成28年度)

【肝炎ウイルス検診・がん検診・歯周疾患検診】 **70歳以上は無料** (前立腺がんを除く)

項目	対象者	内容	料 金	
			集団	医療機関 (単独実施) (他の血液検査と同時実施)
B型・C型肝炎ウイルス	40歳以上で、 過去に市の健診でこの検査を受けていない人	問診、血液検査	700円	1,700円 1,100円
肺がん (喀痰検査)	40歳以上 問診で対象となる人には 喀痰検査を実施します。	問診、胸部X線撮影 65歳以上の人には結核検診も 同時に実施します。	200円	600円
			600円	900円
胃がん	40歳以上	問診、胃部X線撮影 医療機関では、バリウム検査が適さない 人のみ胃カメラの対象となります。	(バリウム検査) 1,500円	(バリウム検査) 2,600円 3,950円 (医師の判断で胃カメラ実施)
大腸がん	40歳以上	便潜血検査2日法	400円	700円
子宮頸がん	20歳以上で、 ※1年齢判定日に 偶数年齢の女性	問診、視診、内診 子宮頸部細胞診	無	料
乳がん	40歳以上で、 ※1年齢判定日に 偶数年齢の女性	問診、視触診、 マンモグラフィ検査	無	料
前立腺がん	50歳以上(男性)	問診、血液検査(PSA)	1,100円 全員有料	1,900円 全員有料
歯周疾患	20歳以上	問診、口腔内診察	無 料 (申込み不要)	実施なし

●受診日に東広島市に住居票がある方が対象です。

- 1 -

竹原市のがん検診(平成28年度)

●がん検診及び歯周疾患検診の内容 (対象年齢基準日：平成29年3月31日)

検診の種類	内 容	対 象 者	自己負担金			
			右以外 (社保等)	70歳 以上	竹原市 国保 被保険者	市民税 非課税・ 生活保護 世帯
胃がん検診	バリウムでのX線透視	40歳以上	1,200円		無 料	
肺がん検診	胸部X線検査	40歳以上	600円		無 料	
アスベスト検診		アスベスト検診の 問診で該当した人	1,000円		無 料	
大腸がん検診	便潜血検査(2日法)	40歳以上	500円		無 料	
前立腺がん検診	血液検査(PSA)	50歳以上の男性	700円		無 料	
子宮頸がん検診	内診・細胞診	20歳以上 偶数年齢女性	無 料		無 料	
乳がん検診	乳房X線検査	40歳以上 偶数年齢女性	無 料		無 料	
歯周疾患検診	歯科診察と歯科相談	40歳以上	700円		無 料	

がん予防推進アンケート報告



がん予防推進委員会
委員 佐々木正親

7月6日例会では、アンケートにご協力いただきありがとうございました。

(名誉会員・会員合計 25 名中 23 名回収・集計配布)

がん1次予防に関して(抜粋)

- ・近親に”がん”にかかっている方がいますか？
(はい8人)
- ・たばこを吸っていますか(はい11人)
- ・非喫煙者の前で喫煙することはありますか
(はい7人) (いいえ4人)
- ・禁煙外来を受診し禁煙を試みたことがありますか
(はい4人)
- ・高塩分食品(塩辛・練りウニなど)を控えめにしていますか。(はい17人) (いいえ6人)
- ・野菜(例えば1日あたり野菜を350g:両手のひら一杯)果物を多くとっていますか。
(はい12人) (いいえ11人)
- ・飲食物を熱い状態で取らないようにしていますか。
(はい7人) (いいえ16人)
- ・牛乳、ヨーグルトを毎日とっていますか
(はい12人) (いいえ11人)
- ・お酒は毎日飲みますか(はい9人)
- ・20歳のときの体重に比べて10Kg以上増加していますか。
(はい13人)
- ・1回30分以上軽く汗をかく運動を週2回以上、1年以上続けてますか。(いいえ12人)
- ・胃ヘリコバクターピロリや肝炎ウイルス感染の検査をしたことがありますか。(いいえ11人)

禁煙外来とは

3か月間(2週間に1回通院)12回
成功率…5割強

費用…3カ月で飲薬18,000円
貼り薬12,000円

(原則として飲薬は車を運転する方には出さない)



最初に何かをきっかけに止めるという決心を固めて来られなければ、乗り越えるのは難しいのです。ニコチンは依存性物質ですから3日目ぐらいにピークがきます。それをどうやって乗り越えるかが大事。1回成功しても何かの拍子に1本吸ってしまうとまた元に戻ってしまいます。ですから喫煙者の近くになるべく座らないような工夫も必要です。

がん2次予防に関して

- ・がん検診を受けていますか
あなたは、定期的にごがん検診を受けていますか
(はい10人)
受けているがん検診の項目
胃7、大腸8、肺8、肝臓4、膵臓3、食道3、
男性の方 前立腺がん6
女性の方 乳がん1、子宮がん1
(いいえ13人)
検診を受けられない理由は何ですか
仕事が忙しい 時間がない(5人)
かかりつけ医があるから(1人)
必要性を感じない(1人)
つつい受けていない(8人)
- ・家族の方がたはがん検診を受けていますか
(はい10人) (いいえ13人)
- ・職場でがん検診を受ける機会を作っています
(はい8人) (いいえ15人)
- ・職場でがん患者の就労支援を行っていますか
(はい4人) (いいえ18人)
- ・がん患者の職場復帰は可能ですか
(はい22人) (いいえ0人)
- ・がん検診受診を高めるためにどのような取り組みが必要とお考えですか。
 - ・ガンで苦しんでいる方の実情を話す
 - ・年齢によって定期的な強制健診受診をするような仕組みを作る
 - ・高額な検診料を安くすること
 - ・意識を高めることが重要
 - ・毎年月日を決めて検診の予約を取るようになる
- ・「がん」にまつわる事でお聞きになりたい事
 - ・がん検診の費用
 - ・ガンになっても有意義な人生が送れる策
 - ・どこの医療機関で受診すればよいか、どこまでの健診が必要か(費用等)
 - ・ガンの予防法はあるか
 - ・死ぬガンと生き延びるガンの違い
 - ・最新のガン検診について 実現可能時期について等
 - ・小児ガンについての知識も知りたい
 - ・ガン治療の効果(治癒率)

がん予防推進委員会のメンバーは4人で、今年度4回卓話を予定しておりますが、7月27日の卓話「がん予防part1」は私が口腔がん検診を行いたいと思っています。