

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8月6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

AUG 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
 休会 例会 例会 休会 例会 例会

本日のプログラム (8月6日)

納涼家族例会
 (広島エアポートホテル 19:00~21:00)

次回のプログラム (8月10日)

会員増強会議

第1039回 2016年7月27日 例会記録

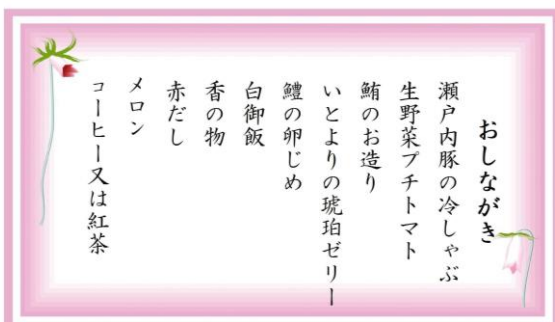
点 鐘…松本会長

ソング…「我等の生業」

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 (7/27)	25 1	22	0	3	88.00
メイク					
前々回 (7/13)	24 1	21	2	1	95.83
メイク	川本・桐島				

食事時間



谷本佳弘(たにもと よしひろ)さん入会式



皆さんこんにちは。
 谷本佳弘と申します。
 現在、小泉病院の方で歯科
 医として働いております。
 若輩者ではございますがど
 うぞよろしく願いいたし
 ます。



会長時間



今日は大変嬉しい日です。待
 ちに待っていた谷本佳弘さん
 を会員としてお迎えする事が
 出来ました。これからも皆さ
 んと仲良く、奉仕を共に学ん
 で頂きたいと思ひます。

昨日朝テレビをつけると、
 とんでもないニュースが入って
 きました。7月26日未明、神
 奈川県相模原市の障害者施設
 「津久井やまゆり園」で元職
 員の男が刃物を持って侵入し、
 何の罪もない無抵抗な入所者
 らを次々に刺し、これまでに
 19人が死亡し、25人が負傷
 する悲惨な事件です。

今年2月には、衆議院議長公邸を訪れ、障害者の殺害を予告する手紙を警戒中の警察官に手渡し、同じ頃、同施設での業務中に障害者を殺すなどと発言し、自ら退職願を出したとの事。同施設は2月に退職した元職員が施設内に入らないように警戒し、警察と連携しながら防犯カメラを設置したり、警察への特定通報システムに登録したりしたそうです。夜間で無防備な時に、良く知っている人がこういった事をするというのは防ぎようがなく、我々の事業所もどうすべきか考えなくてはなりません。

スマートフォン向けのゲームアプリ「ポケモンGO」が配信されて以降、交通事故や違反が相次いでいるそうです。私共の会社でも1年前、スマホをした相手側のトラックがわき見運転をして、バスに突っ込んできてお客さんが1名死亡、1名重症、運転手が即死、18名が負傷する事故がありました。スマホは便利なものだと思いますが、事故が起きるのではないかという事は初めから予想できますし、こうした社会問題になるものを何で許すのかと思います。大変なことになる前に早く規制してほしいと心より願っています。

本年度の田原ガバナーの重点分野「がん予防の普及推進」とありますが、Part1として「口腔がんについて」佐々木幹事さんに後程卓話をさせていただきます。

幹 事 報 告

《配布物》週報1038号

《回 覧》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

ロータリー青少年指導者養成プログラム(RYLA)の案内

日時 2016年10月1日(土)、2日(日)

ひろしま復興・平和構築研究事業

シンポジウムの案内

日時 2016年7月28日(木)

佐々木正親 会員

がん予防推進委員会 Part1
「口腔がんについて」

行政から言われて歯周病検診などをしてもなかなか受診される方がいらっしゃらないのですが、『口腔がん検診』となると沢山の方がこられます。

今日の検診では、怪しいものは指摘しますが、確定診断は専門医やかかりつけ歯科に行ってくださいませようをお願いいたします。

今までは医療法人ささき歯科クリニックでしたが、幸崎に歯科医院をもう1軒建てましたので、医療法人をどんな名前にしようかなと考えました。いろいろ考えた挙句、ロータリーもそうですが、仲間は本当に大事だなと思ったので、仲間を大切にしたいと思う気持ちで、医療法人なかまと風変わりな名前をつけました。

医療法人なかまのスタッフを紹介します。



事務長川畑様・歯科衛生士片山様・須賀様・星野先生・田部先生

本日は診察用に3部屋を用意してもらいました。個室でプライバシーは守れます。大体お一人3~5分で皆さんを診れますので良い機会ですからどうぞおいでください。

診察の間に、日本歯科医師会のホームページからダウンロードした「口腔がん」のビデオを流しますので見て下さい。歯科に対しての関心がより深まると思っています。

診察待ちのみなさまへ

歯とお口の情報満載!
1本約5分の動画で納得!
スマホでも見ることが出来る!



現在掲載しているテーマ(一部)
基本の歯の磨き方、歯の矯正、口腔がん、ホワイトニング、口臭、歯周病、マウスガード
母子健康手帳、成人歯科検診、認知症、お口のトラブルの緊急処置 etc

ロータリー財団100周年記念
2016-17年度 国際ロータリー第2710地区
地区大会 in 広島

開催期間 2016年10月29日(土)・30日(日)

国際ロータリー第2710地区 2016-17年度ガバナー 田原 榮一 ホストクラブ 広島中央ロータリークラブ

1日目 10月29日(土) リーガロイヤルホテル広島

●会長幹事会 ●基調講演 ●RI会長代理ご夫妻歓迎晩餐会

基調講演 「人はがんどう向き合うか?」

公益財団法人日本対がん協会 理事・会長 垣添忠生 氏

2日目 10月30日(日) 広島国際会議場

●本会議 ●記念講演 ●懇親会 ●ミニ観光

記念講演 名作映画で観る4つのテストの日常化

映画・テレビで活躍中の小雪さんが特別ゲストとして来場!

司会:西田篤史 ゲスト:小雪(女優)・戸川喜史(銀幕部長)



小雪(女優)

口腔がんとは

1 口と口腔がん

口には、咀嚼(ものを咬む)、嚥下(飲み込む)、発音などの重要な機能があるため、口の健康は生きていくうえでとても大切です。口の病気といえば、口内炎、歯周病、むし歯などが一般的ですが、口にもがん(口腔がん)が発生し、近年その数が増加していることはあまり知られていません。口腔がんは早期発見・早期治療によりほとんど障害を残さないで治療ができる病気ですが、進行したがんでは大がかりな治療が必要になり、食事や会話などの日常生活に大きな障害が生じます。

口の中は胃や肺などと違って直接目で見て触ることができるので、胃がんや肺がんに比べれば口腔がんは早期に発見しやすいはずですが、にもかかわらず初期がんの状態では病院を受診する方が少ないのは、一般の方々の口腔がんに対する知識が乏しいことが原因と考えられます。実際、口腔がんて来院された患者さんから、「口の中にがんができることを知らなかった」、「近くにそのような病気にかかった人がいなかった」といわれるのは決して珍しいことではありません。

2 口腔がんの実際

口腔がんの中で最も多いのは「舌がん」(写真1)で、次に多いのは歯ぐきにできる「歯肉がん」(写真2、3)です。その他に、下顎の歯ぐきと舌の間にできる「口腔底がん」(写真4)、頬の粘膜にできる「頬粘膜がん」(写真5)、上顎の内側にできる「口蓋がん」(写真6)などがあります。



写真1: 舌の左ふちに発生した舌がん。盛り上がった表面はザラザラしています。



写真2: 左下の歯ぐきに発生した歯肉がん。表面がえぐれたような潰瘍になっています。



写真3: 左上の歯ぐきに発生した歯肉がん。表面がデコボコした大きな盛り上がりです。



写真4: 下顎の歯ぐきと舌の間の間にできた口腔底がん。赤いしこりになっています。



写真5: 左側のほほに発生した頬粘膜がん。白っぽくなった粘膜の表面はザラザラし、しこりになっています。



写真6: 左側の口蓋に発生した口蓋がん。赤く盛り上がっています。

予 防

1 口腔がんのリスク

(1) 「タバコ」と「お酒」

タバコとお酒は口腔がん発生の最大のリスクです。タバコを吸う人はタバコを吸わない人の約7倍、飲酒の習慣がある人はない人に比べて約6倍口腔がんが発生するという調査があります。また、「タバコ」と「お酒」には相乗効果があり、両方の習慣がある人は片方だけの習慣がある人の数倍がんの危険性があるともいわれています。すなわち、毎日「タバコ」を吸って「お酒」を飲む方は、両方の習慣のない方とくらべると口腔がん発生のリスクはきわめて高くなります。

(2) むし歯・合わない入れ歯・歯周病

虫歯で欠けた歯をそのままにしていたり、入れ歯やさし歯が合わずに舌や頬、歯肉の粘膜を傷つけたりこすれるなどの刺激があると、口腔がんの危険性を上げることも指摘されています。特に舌がんの発生に、歯やさし歯による刺激が強く関係するといわれています。また、口腔がんが発生した方の多くは、口の中が不潔で歯石や磨き残しが多く、歯周病になっています。

2 口腔がんにならないための心がけ

口腔がんにならないための予防法としては次のようなことがあります。

- (1) タバコ、お酒を控える。
- (2) 偏食せず、栄養のバランスのとれた食事をする。
- (3) 歯磨きやうがいなどを行い、口の中を清潔にする。
- (4) 壊れた入れ歯、合わない入れ歯、治療していない虫歯などのとがったかど、破れたかぶせものなどをそのままにしておかず、きちんと治療する。

3 かかりつけ歯科医を持ちましょう

口腔がんの予防および早期発見で特に大切なことは、かかりつけ歯科医を持ち定期的な診察を受けることです。これにより早期に発見される口腔がんは確実に増えると考えられます。さらに、むし歯や歯周病の早期治療、入れ歯の適切な調整ががんの予防にもつながります。つまり、かかりつけ歯科医により、口の健康が守られ、一生楽しく食事をしたり会話をすることができるようになるのです。

早期発見

1 口腔がんが心配になったら

口の中に気になる症状を見つけたり、何か気になることや心配なことがあったときには、できるだけ早く医師の診察を受けてください。口の中の異常に詳しい科としては、歯科と耳鼻咽喉科があります。

2 口腔がんの専門家

口腔がんを治療する専門家は、口腔外科(歯科口腔外科)、耳鼻咽喉科、頭頸部外科です。歯科はすぐに思い当たるけれども、口腔外科や頭頸部外科ってどこにあるのかわからないという方もいると思います。その場合には、まず歯科医院や耳鼻咽喉科医院に行って相談してください。それらの医院が口腔がんを取り扱っている適切な口腔外科や耳鼻咽喉科、頭頸部外科を紹介してくれます。

3 注意が必要な状態

口の中は鏡で見ることができ感覚も鋭敏です。そのため、自分で口腔がんを発見することも可能です！定期的に、鏡を見てお口の中をチェックする習慣をつけましょう。歯磨きの後などがいいと思います。本冊子の最後に、注意が必要な症状を列挙しました。じっくりとご覧になってください。



(1) 口の中に、「しこり」や「はれ」などの肥大した部分がある。



「しこり」や「はれ」は要注意です。写真は右側のほほにできたしこりで、頬粘膜がんです。



舌に発生した「はれ」です。表面はやや硬く、赤い部分と白い部分があります。生検の結果はがんでした。

(2) 口の中の粘膜が赤くなっている部分がある。



舌の右側が赤くなっています。粘膜が赤くなる病変の中に「紅板症」というものがあり、紅板症の半分はすでにがんになっているといわれています。

(3) 口の中の粘膜に白くなっている部分がある。



白くなっている左上の歯ぐきは要注意です。粘膜が白くなる病変の中に「白斑症」というものがあり、がんになりやすい状態です。

(4) 口内炎が2週間たっても治らない。



2週間様子を見ても治らない口内炎に似た口の「荒れ」は要注意です。写真は口内炎に良く似た歯肉がんです。

(5) 口の中から出血がある。



がんの表面はただれたりえくれたようになるのでちょっとした刺激でも出血します。写真は出血の原因となった口蓋から歯肉にかけて発生したがんです。

(6) 入れ歯が痛みや腫れて合わなくなったり、違和感がある。



写真は入れ歯が合わなくなって歯ぐきの痛みの原因となった右側の下顎の歯肉がんです。

(7) 原因不明の歯のぐらつきが続いている。抜歯後なかなか治らない状態が続く。



歯肉がんでは歯を支えている骨が吸収されるため歯がぐらつきます。写真は歯のぐらつきの原因となった下顎の歯肉がんです。ぐらついた歯のまわりの歯肉が盛り上がり潰瘍を作っています。

(8) その他

見た目は変化がなくても、食べ物が食べづらい、頬や舌を動かしづらい、しゃべりにくい、口の中に痛い部分がある、舌や口の中のその他の部分にしびれ・麻痺感がある、首の周りのリンパ節が腫れているといった症状はがんが原因の場合があります。

ご自分の口をよく観察して、(1)～(8)の状況に似たような症状を発見した時は、すぐに医療機関を受診しましょう。



**医療法人なかまのスタッフの皆様
お忙しい中 本当にありがとうございました。**