

# 平成二十五年度 活動報告

## 平成二十五年度「肥後医育塾」年間テーマ「健康長寿に向けて大切なこと」を開催

常任理事(事業担当) 遠藤 文夫

県民一人ひとりが豊かで健康的な生活を送れることを目指して、(公財)肥後医育振興会、(一財)化学及血清療法研究所および熊本日日新聞社の主催で、年間テーマに「健康長寿に向けて大切なこと」を取り上げ、三回の市民公開セミナー(第四十九回、第五十一回)をホテル熊本テルサ、県民交流館パレアで開催するとともに、毎回、熊本日日新聞紙上で「肥後医育塾特集」を二ページに亘って内容を紹介しました。

日本は、世界トップレベルの長寿国です。しかし、その平均寿命には寝たきりや要介護などの期間も含まれています。自分らしく家族とともに暮らすためには、日常的に介護を必要とせず、自立した生活ができる生存期間「健康寿命」を延ばすことが重要となってきます。そこで、今年度の肥後医育塾では、健康寿命の延伸のために知っておくべきことを、それぞれの基礎知識について専門医の先生方から分かりやすく解説をしていただきまし

た。総合司会は肥後医育振興会常任理事の遠藤文夫及び山本哲郎(両者とも熊本大学大学院生命科学部教授)が務めました。

このうち、第四十九回は六月九日(日)にホテル熊本テルサで開催いたしました。テーマは「呼吸器疾患と肺がん・肺炎の上手な予防、上手な治療」とし、日本呼吸器学会「呼吸の日九州2013」市民公開講座と共催で開催しました。

呼吸の日は、日本呼吸器学会が、五月九日を「コキユウ」ともじった読み方をして、五月九日前後に市民に対して呼吸器疾患の予防と治療について啓発することを目的に実施するものです。今回は熊本市で一ヶ月遅れで開催することになりました。

日本における高齢者人口は、今後さらに増加していきます。税金には限界があるために医療費は抑制されることが推測されます。逆に医療費の個人負担は増加する可能性があります。したがって、若い時代から高齢者になっても元気な身体で医療のお世話にならない工夫が必要となります。これらの背景から、今回は、呼吸器疾患の中で特に患者数の多い「肺炎」と、がん死亡者数の最も多い「肺がん」をテーマにとりあげ、その基礎知識や予防法、最新の治療法について六名の専門の先生方に詳しくお話を伺いました。講演では、司会を山本哲郎肥後医育振興会常任理事が務め、進行を吉永健先生(日本呼吸器学会代議員・熊本中央病院副院長)にお願いしました。

最初の講演は、熊本大学大学院生命科学部呼吸器内科学分野教授の興梠博次先生から「いつまでも若々しい呼吸をするには、肺を守ることは全身を守ること」と題して、タバコを止めて環境をきれいに保つことが、肺を守り、全身を

守ることになるという内容の講演をいただきました。

講演の二番目は、熊本市市民病院感染症内科部長の岩越一先生から「高齢者肺炎の予防と治療」と題して、高齢者に肺炎が起きるメカニズムと肺炎予防のための日常生活の注意点、ワクチンの有用性などについて講演をいただきました。

講演の三番目は、国立病院機構熊本医療センター呼吸器内科部長の柏原光介先生から「肺がんの早期診断」と題して、肺がんの早期発見こそが防壁策であり、胸部X線健診の重要性について講演をいただきました。

講演の四番目は、熊本大学大学院生命科学部呼吸器外科分野教授の鈴木実先生から「肺がんの外科治療」と題して、手術による治療法についてビデオを交えて講演をいただきました。

講演の五番目は、熊本大学大学院生命科学部放射線治療医学分野教授の大屋夏生先生から「肺がんの放射線治療」と題して、ピンポイント照射など実際の治療法や治療実績等について講演をいただきました。

最後の講演は、九州大学大学院医学研究部呼吸器内科学分野教授の中西洋一先生から「肺がんの内科治療の今」と題して、薬物療法の主流である化学療法(抗がん剤)とその副作用や分子標的治療、緩和医療などについて講演をいただきました。

約五百人の来場者があり、講演前には、ロビーにおいて肝機能測定や酸素飽和度測定、健康相談が実施され、また、講演の前半終了後には、二年連続全国大会出場の熊本市立帯山中学校合唱部の生徒四

十六人により、透明感ある美しいハーモニーが九曲披露されました。

講演終了後のパネルディスカッションでは、講演者全員が登壇し、あらかじめ寄せられた質問と会場からの質問に講演者が答える形で行いました。内容を、七月十二日の熊日日新聞紙面に掲載しました。第五十回は、九月二十二日(日)に県民交流館パレアにおいて、「心臓病にならないために」と題して、第六十一回日本心臓病学会学術集会市民公開講座と共催で開催しました。

私たちの命をつかさどっている「心臓」。心臓の病気と言っても、不整脈・狭心症・心筋梗塞などさまざまで、急に症状が現れるものも多いことを考えると、日ごろから予防し、正しい知識を持つておくことが肝要である。

今回のセミナーでは、一般市民を対象に、心臓病にならないための生活習慣をはじめ心臓病の症状や最新の治療法について紹介していただきました。

第一部は、熊本大学大学院生命科学部分子病理学分野教授の山本哲郎先生を座長として、「狭心症、心筋梗塞にならないために」というテーマで開催しました。

熊本大学保健センター准教授の副島弘文先生から「生活習慣」と題して、高血圧、喫煙、歯周病の三点に絞って危険因子としての要点について講演をいただきました。

次に、熊本大学大学院生命科学部循環器内科学分野講師の海北幸一先生から「お薬による予防、治療」と題して、狭心症や心筋梗塞の発症を防ぐには、まずは生活習慣の改善が必要であるが、薬