



Rotary International District 2800

山形西ロータリークラブ会報

会長：佐藤 章夫 幹事：遠藤 正明

地区目標 「4つのテスト」を実践し ロータリーの価値をたかめよう。

クラブテーマ Let's Make The Best Better 前へ!

- ◆点鐘：佐藤 章夫 会長
- ◆ロータリーソング：奉仕の理想
- ◆司会：及川 善大 副S.A.A.
- ◆会場：山形グランドホテル



第2893回例会 令和2年11月30日(月)

会長あいさつ

佐藤 章夫 会長



本日のゲストスピーカー、中村医院院長、中村東一郎先生をご紹介申し上げます。

コロナ禍第3波襲来で、今後の会運営につき、例会終了後臨時理事会を開いて協議いたします。

先々週の映画例会は話題作『おらおらでひとりいぐも』を皆さん楽しみにしておられたことでしょう。「山形市内に新たなコロナ感染者が出た」の報道で、急遽中止いたしました。映画を準備していただいたフォーラムの長澤会員、弁当を準備していただくパレスグランドールの武田会員にお詫び申し上げます。映画例会は後日実施したいと存じます。

そこで今日は私の映画談義で挨拶に代えさせていただきます。

私は子どもの頃から、生意気にも映画が大好きでした。活動写真、「活動」と呼ばれていた時代から活動好きの父に連れられて、町の映画館に出入りしておりました。当時はもちろん白黒映画で、嵐寛寿郎『鞍馬天狗』のシーンのいくつかは今でも覚えております。

今まで観た映画の中で印象に残る映画は、ミュージカルの『ウエスト・サイド物語』、『南太平洋』、『サウンド・オブ・ミュージック』です。『ウエスト・サイド物語』、これ、幕開けにいきなりニューヨークの下町の不良グループの歌とダンスシーンがあり、これには衝撃を受けました。『南太平洋』では、これも冒頭の歌『バリ・ハイ』に惹かれて、バリ島には3度行きました。『サウンド・オブ・ミュージック』は4回観ております。

日本映画では黒澤監督ファンで、ことに『七人の侍』が素晴らしい。この映画を観て、ハリウッドでユル・ブリンナー主演『荒野の七人』を撮りましたが、私の見るところ、黒澤作品が数段優れております。黒澤の思想・哲学を感じ、主役、志村喬の重厚な演技にしばれました。大スター、三船敏郎は、この時はまだ駆け出しでした。

私と同じ年齢で映画好きの友人と、世界一の傑作映画は何かと議論したことがあります。私は即座に『ベン・ハー』を挙げました。彼は『アラビアのロレンス』だと言います。私は早速『アラビアのロレンス』を観ましたが、やはり『ベン・ハー』が1番だと思っています。戦車競走のシーンがあって、それに同時代に生きて磔にされたイエス・キリス

トが背景に描かれていて、作品に深みと重さを加えています。どっちが1番かの議論の決着が着かないうちにその友人は3年前に亡くなりました。

『寅さん』と『釣りバカ日誌』は欠かさず観てきました。寅さんとハマちゃんのハチャメチャな行動に大笑いしながらも、映画館を出る時には、日本はなんていい国なんだろうと幸せな気分になります。

皆さま方もそれぞれ好きな映画と肩入れしている俳優・女優がいることでしょう。以上、恥ずかしながら私的で雑駁な映画話でございました。

幹事報告

遠藤 正明 幹事

- 第21回メジャーダナーが伊藤義彦会員に届いております。
- 第6回マルチプルの感謝状が清野伸昭会員に届いております。
- 米山功労クラブとして西クラブに感謝状が届いておりますので、ご紹介します。
- このあと臨時理事会がありますので、関係の方はお集まりください。

ニコニコBOX

〈11月30日〉

佐藤章夫会長／コロナ禍対策

いつまでも終息しないコロナ禍に西ロータリークラブも運営に苦慮しております。皆さまのご理解を得ながら今後をすすめていきます。ご協力に感謝してニコニコします。

鈴木浩司前会長／中村東一郎先生をお迎えして

尊敬する中村東一郎先生、我が西ロータリークラブによるこそお越し下さいました。本日はよろしくお願い致します。

東海林健堂会長エレクト／主治医の中村先生をお迎えして中村先生の卓話を聞くことができニコニコします。

鈴木謙司さん／中村東一郎先生をお迎えして

小・中学校同級生の中村東一郎さんを卓話にお迎えする事ができニコニコ

武田秀和さん／第一子誕生

11月17日に待望の第一子が誕生しました。名前まりなは毬那です。母子ともに健康だったことにニコニコします。



「生活習慣病と漢方」

中村 東一郎 氏

中村医院 院長

今日は「生活習慣病と漢方」という題名です。生活習慣病を漢方で何とかしようと言っても、実際なかなか難しいことが多く、漢方治療を求める患者さんで、「漢方でダイエット効果のある薬があると聞いたんだけど、ダイエットの漢方ありませんか」という方が結構おります。テレビのコマーシャルもやっておりますが、漢方には防風通聖散という、実験データで脂質代謝を改善するというのが実証されております。それなりの効果はあるはずなんですけど、実験データが直接ダイエットに結びつくとは限らないというところがあります。患者さんは「実際に痩せる人はいますか」「本当に効果あるのかな」と疑心暗鬼になって来ます。食事・運動をしっかりとやっても、なかなか体重の落ちない人でも、漢方を併用していくと、体重が下がることが実際あります。ダイエットというのは、体内に入るカロリーより消費されるカロリーが高くならなければ、ダイエットにはなりませんので、そのための食事・運動。薬はその補助と考えてください。

防風通聖散は下剤としても働きますので、たくさん飲むと下痢になります。ですから、便通に注意して飲む回数を減らしてくださいということを出します。この防風通聖散という薬は、厚生労働省に副作用報告というのが結構たくさん上がっています。その中で多いのが下痢です。防風通聖散というのは本来、便通を良くしていく働きがありますので、飲んで下痢をするというのは、薬が良く効いているということではありますけど、それを副作用とってしまう面があります。実際にこの防風通聖散、食事・運動しないで飲むだけで痩せるという例はあります。実際に体重がどんどん落ちていくという経験を何人かしております。ですから、単に「痩せ薬」ということだけではなく、適応を見てうまく使えばそれなりの効果は期待できるかと思えます。

漢方処方例として、「葛根湯」というのは皆さん、名前は聞いたことがありますよね。葛根湯というのは風邪の初期、寒気がして熱っぽい時に使うといいんですが、今、話題の新型コロナの初期症状に効果がないものだろうか、とちょっと考えてる次第なんです。根拠は全くありません。

漢方は中国の古典に基づいているものが多いです。『傷寒論』は、漢方の処方方をどういう病態で用いるかがまとめている本です。古代の医学理論を集めた本が「黄帝内経」。養生に関して一番まとまった書籍、江戸時代の貝原益軒の『養生訓』があります。1節見ていきますと、「酒は微酔」「食は半飽」、何かと言うと食べ過ぎ深酒を避けて塩分やカロリーの過剰摂取に注意して旬の物を取るようにと、本当に当たり前のことが書いてあります。この養生というのも一応頭の中に置いていただければいいのではないかと思います。

あともう1つは、感染予防と漢方。今一番求められることかと思えます。葛根湯もそうですし、この補剤というのは体

力を補うということ、要するに自然免疫を高めていくところがあります。以前大学で消化器内科の医局で、慢性肝炎の患者さんに、漢方をいろいろ使っておったんですが、肝炎の治療をしていくと、「漢方を大体3カ月くらい飲むと風邪ひかなくなる」と、よく患者さんに言われたんです。ですから漢方というのは自然免疫を上げていく働きがあり、例えばこの補剤の応用として補中益気湯、人参養栄湯、帰脾湯、十全大補湯、これらが補剤の代表です。体力を支えていくような薬に、感染予防としての働きが期待できるんじゃないかと思っています。こちらに関しても現在のところデータは全くありません。自分勝手に思っております。

補中益気湯の使い方、こちらに8つの症状ありますが、最初にある手足倦怠は、手足がだるい、それで何をしても億劫で疲れているような感じの時は、補中益気湯がいいです。何とか免疫を高めていきたいという場合は、常用量の2分の1とか3分の1、少ない分量を毎日継続していくことによって、ある程度免疫を助けていくということは可能ではないかと考えています。実際に漢方薬は通常1日3回なんですけど、真面目に1日3回飲む患者さんの方がむしろ少ないくらいです。お昼飲めないとか飲み忘れが結構あるので、大体1日2回も飲めば上出来という感じで見ています。

感染予防なんかに対しても、補中益気湯とか人参養栄湯です。人参養栄湯というのは呼吸器疾患によく使う処方です。ですから新型コロナの後遺症の話も東京では随分ありまして、いつまでも呼吸器がづらいということがあります。新型コロナが治っても症状がなかなか消えない人には補剤をいろいろ使うとその後遺症の経過、軽くしていくにはいいと聞いたことがあります。新型コロナに関しては全く根拠に基づかない話で申し訳ありませんが、今までの経験からして、もしかしたらいいんじゃないかと思っていることをお話させていただきました。

漢方は慢性病にはいいけど、急性の病気には効果がないんじゃないかとかよく言われますが、実際その応用をしたのが東日本大震災です。東北大学の漢方内科のメンバーが避難所を回りまして、漢方治療を非常に積極的にやりまして、ものすごく喜ばれたと、避難所の不自由な中でのつらい症状がどんどん良くなっていくという、漢方の活用というものも可能ですが、漢方は決して万能ではありません。

がんの治療で抗がん剤が辛いから、漢方で何とかならないかということで、現在標準治療で抗がん剤の使い方にも有効に使うかと、かなり細かい使い方が明らかになっています。延命効果は間違いなくあります。がんに対して漢方は貢献できます。抗がん剤を使っている時の全身状態の改善には漢方が大変役に立ちます。ですから漢方は通常の治療のサポートと考えていただければ、より良い医療になるのではないかと考えています。悪性腫瘍の場合、漢方はメインではなく、あくまでもサポートという立場であれば、本来の漢方の効果というのは非常にいいのではないかと思います。

もう1つ、アトピーの患者さんも漢方で結構来ます。アトピーに対しての標準治療としてステロイドというものがありますが、中には、ステロイドは絶対嫌だという方がいます。薬がいいか悪いかというのではなく、使い方が問題です。決して何もかも漢方でできるというわけありません。

そういうことで漢方に関して、現在ちょっと話題になっているようなこと、独断と偏見をもちましてお話させていただきました。

本日出席 (11 / 30)	会員総数	出席会員数
	98名	56名