



2016～2017年度
国際ロータリー会長

ジョン F. ジャーモ
John F. Germ
(USA・Chattanooga RC)



Tagajo Rotary Club

RI club No. 13674
Since 1972.03.25

2016-17年度
国際ロータリーのテーマ

人類に奉仕する
ロータリー

第2520地区ガバナー
濱守 豊秋
(大船渡西RC)

◇ 事務所/宮城県多賀城市八幡四丁目2-12 イトビル2F ◇ 例会日/木曜日 12:30～
TEL.022-366-4499 FAX.022-366-4548 ◇ 例会場/ホテル キャッスル プラザ 多賀城
宮城県多賀城市桜木一丁目1-60
◇ URL;http://www.tagajo-rc.com Email;info2@tagajo-rc.com
TEL.022-367-1111

会長 佐藤 仁一郎 幹事 佐藤 良一 雑誌会報委員会

2017年3月16日(木) 第2171回 今年度第32回例会

会場監督 鈴木 誠
開会点鐘 12時30分
ロータリーソング それでこそロータリー
ビジター・ゲスト 仙台西 RC 大竹 和義 様
多賀城高等学校 IAC
齋藤 優果 様、宮田 優香 様

会長挨拶 〈要旨〉 佐藤 仁一郎 会長

先週の創立記念例会、大変ご苦勞様でした。鹿児島南 RC 様お迎えから、お見送りまで2日間にわたり皆様大変お世話様でした。

上川会長様からお礼の電話を頂戴しました。鹿児島南 RC は来年12月1日に60周年の記念式典を行う予定ですので、次年度会長エレクト予定の宮城さん、来年の手帳にご記入願います。

本日第32回の例会ということで、残り少なさを感じてきました。ここまで順調に進めてこれましたこと、本当に皆様のおかげ様でございます。誠に感謝申し上げます。来月4月には高岡万葉 RC 様の来訪があります。おもてなし、友好のお迎えをして参りたいと存じますので、引き続き実行委員会の皆様、ご苦勞様ですが、よろしく願いいたします。また、5月には仙台で地区研修協議会があり、ガバナー表彰対象があると思いますので、お楽しみください。仙台 RC 様の80周年記念式典もあり、穀田会長エレクトと出席してまいります。6月は例会後、男鹿に出発しまして、能代 RC 皆様との交流があります。お酒とお料理と温泉と千葉さんに綿密に計画を練っていただいておりますので、よろしく願いします。

幹事報告 佐藤 良一 幹事

- ◇ロータリー(財)米山記念奨学会より
 - ・ハイライトよねやま204号を頂きました。
- ◇多賀城市スポーツ少年団野球部連絡協議会より
 - ・「36回少年野球多賀城大会」への後援、大会顧問就任及びご臨席について
期日:平成29年5月3日(水)、6日(土)、7日(日)
予備日 5月13日(土)

場所:多賀城市中央公園野球場夕会場
参加チーム:多賀城市6チーム県内外 58 チーム
開会式:平成29年5月3日(水)午前8時から
◇鹿児島南 RC より
・上川会長、会員の皆様よりお礼状、お電話を頂きました。

委員会報告

- クラブ奉仕委員会 横田 芳博 委員長
 - ・45周年記念夫人招待例会・鹿児島南 RC ご来訪の反省と高岡万葉 RC のご来訪について
- 穀田 満 会長エレクト
 - ・会長エレクト研修セミナー(PET) 参加報告
- 多賀城高校 IAC 齋藤優果様 宮田優香様
 - ・東日本大震災メモリアルデー開催報告



卓話

「スギ花粉症の話」

担当: 薩川 誠 会員

本日は、卓話の機会をいただきありがとうございます。また、日ごろは仙台製油所に対し多大なるご理解とご協力を賜り、重ねて御礼申し上げます。さて、本日何をお話したらよいか正直悩みました。「ロータリーの友」のバックナンバーを見ると、自らの職業に関するものが多いのですが、製油所についてのお話は聞かれた機会も多いと思いますので、この季節にピッタリなスギ花粉症を選びました。私のスギ花粉症歴は40年余りになります。発症以来、春の訪れは憂鬱

な季節になりました。スギ花粉症治療もいろいろ試してきました。患者の立場からその体験をお話したいと思います。



発症した時のことはよく覚えています。小学校6年生になるときのことです。私の故郷の浜松は冬に「遠州のからっ風」といわれる強い風が吹きます。もう春に近づいたころだったと思います。小学校の運動場で遊んでいた時に、黄色い風が吹いたのです。というか、黄色い「もや」の中で遊んでいる感じです。浜松のある遠州地方には長野の諏訪湖から流れてくる天竜川があります。その上流には天竜杉といわれるスギの植林がおこなわれました。その黄色い「もや」は、おそらくスギの花粉だったと思われます。その日の夜から、くしゃみ、鼻水、目のかゆみに悩まされました。40年前にスギ花粉症という言葉もありませんでした。お医者さんにいくとそれぞれ「アレルギー性鼻炎」「アレルギー性結膜炎」と診断され、点鼻薬と目薬を処方されました。対症療法ですが、今のようなメガネもマスクありません。家でも学校でも常にティッシュを箱さら持ち歩き、しまいには鼻のかみすぎで鼻の下が黒くなりました。目も、ひどいときは冷やしていましたが痒みも引かず、真っ赤な目をしていました。

このような対症療法中心の治療は、その後20年くらい続いたと思います。鼻炎薬や目薬はよく効くようになり、今のようなマスクやメガネも徐々に出てきました。その間、民間療法で身につけたのは、今でいう「鼻うがい」と「目の洗浄」です。鼻うがいは、鼻筋の横をマッサージした後に、ぬるま湯を片方の鼻から吸い口から出します。最初はぬるま湯でも痛かったです。水であれば、プールで鼻に水が入ったときのツーンとした痛みです。慣れはすごいもので、中学を卒業する時には平気で水で洗っていました。「目の洗浄」は、洗面器に水をためて顔をつけて30回くらい目をパチパチさせるというもので、こちらは苦もなくできました。この民間療法は導引術というものでしたが、症状の緩和には気休め程度に役立ちました。

当時から、根本的な治療法として「減感作療法」がありました。スギ花粉症にかかわらず、原因となるアレルギーを注射し体を慣らしていくというものです。何度かお医者さんに相談したのですが、2週間に一度注射を打たないといけないことや負担が高いにもかかわらずその効果の確実性が低いという理由で薦められな

いと言われ断念しておりました。また、ステロイド注射も聞いたことがありました。実際の経験者から聞くと、即効性があり1本でワンシーズンきくそうです。しかし、副作用のおそれもあるため、特別な事情がない限りはすすめられないということで、これも止めました。

その後、点鼻薬や目薬とあわせて「内服薬」が処方されるようになりました。今でもよく処方される「アレロック」や「アレグラ」などです。薬を服用しながら、花粉症用のマスクとメガネをして春を過ごすようになりました。薬は症状を緩和するのですが、眠くなったり、頭がボーとする副作用がありました。

私が30代後半のころですから15年位前でしょうか、花粉症のレーザー治療が始まりました。鼻の粘膜をレーザーで焼きアレルギー反応を抑えるものでした。さっそく治療を受けました。片方ずつ2週間くらいの間隔で施術しました。レーザー治療自体は病院に行ったその日に片方をしてくれました。治療費と薬5,000円位だったと思います。両方の鼻をして、1万円というくらいでした。治療をしたあと一週間くらいは今まで以上に鼻の症状が悪化します。当時の説明では焼いた粘膜の上にカサブタができそれがとれるまでの症状ということでした。はたして、一週間ほどすると鼻の症状は改善されました。マスクをしなくてもよくなりメガネだけですみました。マスクをしながらメガネをすると曇ってしまうので助かりました。しかし、鼻の症状は改善されましたが、目の症状は変わりません。その症状を抑えるために薬はやめられませんでした。また、鼻の粘膜は2~3年ほどで再生するため、又症状が出てきます。結局、一回で止めてしまいました。

3年くらい前までは、毎年、薬をシーズンの1ヶ月前から服用しました。最初は「アレグラ」とかの弱い薬、シーズンインして症状が押さえきれなくなると「アレロック」に変えました。マスクとスギ花粉症用メガネを着用し、ゴルフの時には、鼻にペーストを塗ったり、顔にスプレーすることでスギ花粉の侵入を防ぐグッズを使っていました。今でも一般的な対策だと思います。

5年ほど前から、新しい減感作療法の紹介が雑誌とかで目にするようになりました。当時の記事ではスギのエキスを含ませたパンなどを舌の下に1日1回含むというものでした。注射ではなく自宅で簡単にできる減感作療法です。「舌下免疫療法」というもので、2年ほど前に保険適用になりました。当時名古屋に住んでいたのですが、家の近くにこの療法をする病院を見つけ、さっそく行きました。2014年の11月のことでした。お医者さんから詳しい説明を受けて、最初にアレルギーの検査です。驚いたことに一度の血液検査で36種類のアレルギー検査ができるようになっていました。アレルギー症状に悩まされている方にはお勧めです。1日目の処方小さなプッシュ式のボトルに入ったスギ花粉のエキスでした。それを舌の下にワンプッシュ、2分そのままにした後飲み込んで終わり、簡単です。最初なので、病院で30分様子見て、異常がなかったので終了でした。

2日目は自宅でワンプッシュ、3日目から2プッシュ、昨日までの倍の量です。昨日までは体に何の違和感もありませんでしたが、しばらくすると、鼻に軽いつまり、目も軽いかゆみ。花粉症の初期症状が現れました。ごく微量のスギ花粉エキスで体を慣らす療法ですので、当たり前とはいえ、実際になると変な感じでした。それから徐々に量を増やし、7日目は5プッシュです。体に問題がでなければ、さらに量を増やしていきます。最終的には毎日一定量のスギ花粉エキスを、舌の下に2分保持して飲むこととなります。

この治療法の効果はどうかといいますと、初年度から「アレロック」をはじめとした内服薬をほぼ飲まずに乗り切れました。マスクとたまに目薬をさす程度です。40年ぶりに春の訪れを楽しめました。通っていたお医者さんによると、初年度で予想以上の効果がでた患者さんが多かったそうで、8割くらいの患者さんには効果が見られたそうです。

去年も同じような感じで乗り切りました。初年度は新薬でしたので2週間に一度、2年目からは一か月に一度、通院しました。今も月に1度通院しています。今は新薬ではありませんので、通常の薬を処方されれば月に一度の通院ですむと思います。費用は、最初の検査などを除けば、月2,000円位です。

大変なのは、1年中毎日薬を服用することですが、すっかり習慣になりました。たまに忘れる日もありますが、翌日から再開すれば大丈夫です。春の症状が楽になることが「やる気」につながっていると思います。また、この治療法は、お医者さんも研修を受けなくてはいけないらしく、どこでもやってもらえるわけではありません。ずいぶん増えてきているようですが、こちらに引越してきたときはお医者さんが見つからず、今でも月に1度仙台駅近くまで通っています。副作用は、髪の毛の生え際の皮膚が赤くなり、段々白くなってきたくらいです。気になるときは塗り薬を使っています。この治療を始めるときは最低2～3年続けると完治する可能性が高いと言われましたが、今は、3年続けたらそのあと5年効果が続き、5年続けたら8年続くと言われていました。とりあえず今年の10月まで続けて丸3年なので、お医者さんに相談して区切りを試してみようかと思っています。

お話した通り、この治療法は面倒な面も多いのですがアレゲンが主にスギの方は試してみる価値があると思います。春の訪れが楽しくなるのは「やる気」につながりました。この治療は、強いアレルギー反応のアナフィラキシーショックのリスクもあり、花粉症シーズンに始められません。もし、始められるとしたら5月以降になりますし、当地の病院が治療を開始してくれれば、始めるハードルも下がると思います。

雑駁なお話になってしまいましたが、少しでもスギ花粉症で困っている方のお役にたてば幸いです。ご清聴ありがとうございました。

- ・先週の創立記念例会、皆様大変ご苦労様でした。
佐藤仁一郎会長
- ・本日は卓話させていただき、ありがとうございました。
少しでも何かお役に立てれば幸いです。薩川会員
- ・先日の周年行事大変お世話になりました。
4/22 富山県高岡万葉 RC 交流訪問もよろしくお手伝いをお願いします。横田、佐藤(徳)会員
- ・大竹さんようこそ。IAC2名様参加ありがとうございます。薩川さん卓話ありがとうございます。ボクは花粉に負けないよ。鹿児島南の皆さんが皆様にくれぐれもよろしくとおっしゃっていました。ホームまで見送りに行ってまいりました。
阿部(新)会員
- ・薩川さん卓話ありがとうございます。野球シーズン到来です。侍ジャパン強いぞ！楽天イーグルスも今年は日本一でお願いしたいものです。大久保会員
- ・先週の例会、横田委員長はじめ担当の委員さんご苦労様でした。楽しい例会でした。林会員
- ・今日は貴重な卓話ありがとうございました。未だ花粉症には縁がありませんが、いつ発症するか心配です。
千葉会員

- ・薩川さん卓話ありがとうございます。
- ・IACの皆さんようこそ
- ・夫人招待例会ごくろうさまでした。
佐山、伊東、岩井、佐藤(良)、鈴木(誠)、佐藤(良)
穀田、菅野、引地、小向、小島各会員
本日の合計 20,000円

出席率報告

出席委員会

本日第2171回例会出席率 23/38名 60.52%
前々回第2169回例会修正出席率 76.32%

○メイクアップ

3/12 会長エレクト研修セミナー(PET)

穀田 満 会長エレクト

次回卓話

○ 3/23 テーマ:「会員スピーチ」

担当: 鳴原 啓文 会員

閉会点鐘

13時30分

文責: 雑誌会報委員会 芦澤 卓也