



大阪プロバスクラブ

会報 第382号

2023年7月12日発行

Monthly Bulletin of

The Probus Club of Osaka

例会会場：ホテルモントレ大阪 06-6458-7111
 例会日：2022年7月より毎月第2水曜日 12時～14時
 ○創立 2001（平成13）年7月9日創立記念式7月16日
 ○スポンサークラブ：箕面千里中央ロータリークラブ
 ○友好クラブ：箕面ロータリークラブ
 ○会長：西田隆昭 ○幹事：西宮富夫 ○事務局：（幹事宅）
 〒563-0022 池田市旭丘 2-6-25 Tel：090-7496-5096
 ○会報担当：西宮富夫 pxi06603@nifty.com
 ○会報ホームページ：<http://osakapurob.exblog.jp/>
 ○全日本プロバス協議会：<https://www.all-japan-probus.com/>
 （R4年11月の第10回総会で決定された新体制）
 会長 田中信昭、幹事長 一瀬 明、会計 飯田富美子
 ○日本のプロバスクラブ・関西 Blog 版
<http://probuscent.exblog.jp/>

R5年6月始め～R5年7月初旬までの更新分（順不同）

クラブ	会報	記事一部
旭川	会報 第215号	お花見例会（北彩都ガーデン）、「思いやりランチ」とメディカルフィットネス見学、他
東京八王子	プロバスだより 第331号	卓話「八王子福祉協議会の今までとこれから」同協会常務理事豊田総氏、委員会活動報告、全日本プロバス協議会報告（一瀬幹事長）、他
姫路南（二水会）	会報 第117号	令和5年度総会（役員選出他）、会長就任のあいさつ（大橋一喜会長）、夫の死-介護と看取り（川本祥子会員）、他
神戸北	7月例会案内	R5年度総会、6月卓話報告（渡辺茂会員）、ひとこと（監崎章会員）、他
奈良	会報 第109号	甘酒って言うお酒あるの？（藤田藤樹夫会員/農学博士）、「行ってきました」南都春日・興福寺古儀「薪御能」、他
大阪	会報 第381号	卓精神科医和田秀樹監修『80代を生きるコツ』のご紹介 吉川栄子会員、「大阪プロバスクラブ例会場について」広報・西宮富夫会員、他
北九州	月報5年6月号 NO.204	5月卓話「食べて脳トレ～お口からはじめる認知症予防」九州歯科大学吉田賢一教授、壹岐プロバスクラブへ（古賀靖子会員）、他

今回 第383回 例会・総会 2023年7月12日（水）
 会場：ホテルモントレ大阪 12：00～14：00

- 大阪プロバスの歌（作詞：渡辺 孟 補詩：田村徳郎）
- ① プロバスクラブへ集まろう 気の合う仲間とお昼時
元気に歌おう会の歌 第二の人生また楽し
 - ② プロバスクラブに集まって 優しく気軽に話そうよ
見せたい自慢の得意技 遊びのプランもまた楽し
 - ③ プロバスクラブに集まれば 高まる奉仕の心意気
世界に広がる和の願い 明日も愉快地生き抜こう

●『夏は来ぬ』作詞：佐佐木信綱、作曲：小山作之助
 卯の花の 匂う垣根に
 時鳥（ホトトギス） 早も来鳴きて
 忍音（しのびね） もらす 夏は来ぬ

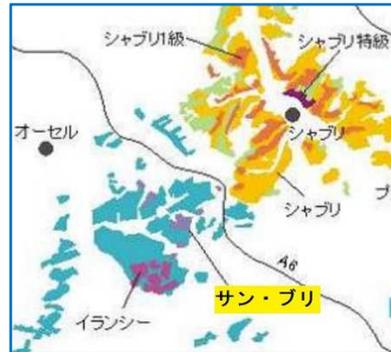
さみだれの そそぐ山田に
 早乙女が 裳裾（もすそ）ぬらして
 玉苗（たまなえ）植うる 夏は来ぬ

前回 第382回 通常例会 2023年6月14日（水）
 会場：ホテルモントレ大阪 12：00～14：00

◎第379回 通常例会

- 司会進行：野村尚子会員
 ○ソング：吉川栄子会員 ●『ちょうちょう』
 ○食事タイム

・**ワイン**：ラ・シャブリジェンヌ「サン・ブリ 2021」
 ・**生産地**：フランス ブルゴーニュ サン・ブリ地区
 ・**位置**：ヨンヌ川の流域、Auxerroisの畑の真ん中に、古い石の村である Saint-Bris-le-Vineux はある。地下にはブルゴーニュで最も見事な中世の酒蔵があり、驚いたことに村中に広がる。これは Bailly の石切り場とつながっている（パリのパンテオンに使われた石）。地下 60m に広さ 3.5ha の地下セラーである。遠回りしても見に行く価値がある。（以上 bourgogne-wines.jp/Saint-Bris アペラシオンノートより引用）



Saint-Bris（画像：「シャブリ地区のワインと格付け」より引用）
 サン・ブリ 2021

・**生産者**：シャブリのテロワール（特徴）を表現し続けているラ・シャブリジェンヌ。現在およそ 300 名の組合員からなる生産者協同組合です。1923 年、当時経済危機に直面していたシャブリ地区の生産者たちにより創設されました。
 「サン・ブリ」とは、シャブリ南西に位置するアペラシオン（原産地）。ブルゴーニュ地方では珍しい、ソーヴィニヨン・ブラン（ブドウの品種）から造られる白ワインの A. O. C. (Appellation d' Origine Controlée) です。シャブリの名門ラ・シャブリジェンヌが造る「サン・ブリ 2021」の味わいは瑞々しくフルーティ。八朔や柑橘ピールのような爽やかな香りと瑞々しい果実味、伸びやかな酸味をお楽しみいただけます。（以上輸入者（株）モトックス記事より抜粋引用）

- 西田隆昭会長挨拶：今回の例会がこの会場最後となりますが、先ほどの例会前理事会の決定により、次回例会からは 8 階「レストランエスカールカフェルーム」になりますとのこと。次年度例会日程表も配布された。
 ○幹事報告：特になし

○誕生月会員：4月吉田州伸会員



○出席報告：担当委員長より会員11名、ゲスト1名との報告あり。

○OH-BOX 担当委員長代理より4名5,000円との報告。

★川端崇且（タカアキ）会員：有竹会長、西宮幹事2年間ありがとうございました。

★吉田州伸会員：思い切って出てきました。今後ともよろしく願いたします。

★西宮富夫会員：本日例会前理事会で次年度の例会場・例会費が決定し、大変良かったと思います。

★浅山紀久子会員：例会所も決まり嬉しいですね。親睦会の方より願います。8月ビアパーティの良い企画があればお申し出下さい。

◎卓話「私は今まで3つの手術をしました。」山下恵司会員

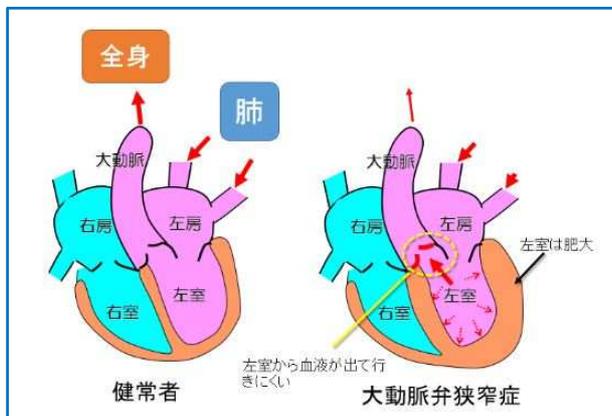
私は今まで3つの手術をしました。大動脈弁狭窄症、脊柱管狭窄症、大腸ポリープの手術です。大腸ポリープの手術はこの5月に箕面市民病院でしてもらいました。事前に2リットルの下剤を飲み、腸を空っぽにし、空気を入れて膨らませ、内視鏡をお尻から入れ、内部検査しながら、4つのポリープを切除しました。いずれも普通のポリープのようでした。

1. 大動脈弁狭窄症（375号山下記事より引用）

（以下の文・画像引用元：エドワードライフサイエンス（株）心臓弁膜症サイト）

・心臓にある4つの弁は、血液の流れを一方に維持する役割を果たします。この心臓弁の働きが悪くなった状態を「心臓弁膜症」といいます。「大動脈弁狭窄症」はこの「心臓弁膜症」の種類です。「心臓弁膜症」は、心筋梗塞（しんきんこうそく）や不整脈（ふせいみやく）などのさまざまな心臓の病気と同様に、心不全の原因の一つです。

・心臓の左心室と大動脈の間にある「大動脈弁」が何らかの原因で硬くなると、弁の面積が狭くなり全身に送り出す血液の流れが速くなるため、心臓に負担がかかります。水道の蛇口につないだホースの先をつまむと水が勢いよく飛びイメージをしてください。



（画像引用元：一般社団法人日本循環器学会「心臓弁膜症」）

・人工弁置換術

（名古屋徳洲会病院心臓血管外科サイトより引用）

修復不可能な弁に対し、人工弁に取り替える手術です。弁を切除して人工弁を植え付けます。確立された手術方法で比較的 안전한手術です。

人工弁には2種類あります。機械弁と生体弁です。（中略）（生体弁は）牛の心臓を包む膜で作った人工弁です。他にブタの心臓弁を処理したものもあります。性能は機械弁と変わらず非常に良好です。

2. 腰部脊柱管狭窄症

（以下日本脊髄外科学会記事より抜粋引用）

背骨（せぼね）には、脊髄や脊髄から分かれる神経の通り道である脊柱管というトンネルがあります。背骨は常に体を支えており、多くの負担がかかっています。そのため、背骨や背骨を支える組織（椎間板や靭帯など）が時間をかけて加齢性の変化（変性）をおこし、その結果として脊柱管が狭くなり、その中を走っている神経が圧迫されて、腰痛、下肢の痛み、しびれ感、力の入りにくさなどが出現したものを腰部脊柱管狭窄症といいます（図1）。



図1



図2

これらの症状は、背中を伸ばして歩く時に強くなり、前屈みで改善することが特徴です（手押し車や買い物カートを押している間や、自転車に乗る時には症状が軽くなります）。そのため、腰部脊柱管狭窄症では、長距離を続けて歩くことができなくなり、途中で腰を屈めて休んでは、その後にもまた歩く、といった歩き方になります（このような歩き方を間欠性跛行といいます）。（中略）手術は、手術用顕微鏡、内視鏡などを用いて神経の圧迫を解除します。具体的には、狭くなった骨のトンネルをドリルなどで削り、厚くなった靭帯を切除することで脊柱管を拡大します（図2）。

3. 大腸ポリープ

(以下日本消化器内視鏡学会記事より抜粋引用)

「ポリープ」というのは正確には病名ではなく『皮膚・粘膜などの面から突出し、茎をもつ卵球状の腫瘤（広辞苑第6版より）』の総称です。

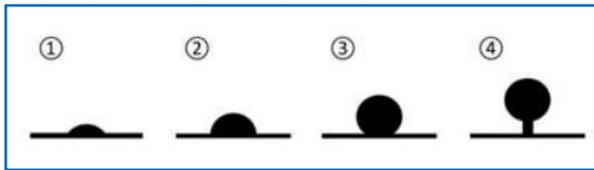


図1

つまり図1（特に②～④）のような丸くて出っ張っている球状のものを一概に「ポリープ」と呼んでいます。

（中略）大腸にできるポリープは胃でできるポリープとは逆に、ほとんどが腫瘍性のもので、図2のように小さいもののほとんどは「腺腫」と呼ばれる腫瘍です。



図2

大腸の「腺腫」は段々『悪性』の腫瘍、いわゆる「がん」になるという説（adenoma-carcinoma sequenceと言います）があり、大きくなるにつれ「腺腫」の成分が無くなっていき、全体が「がん」に置き換わると言われています。

いずれにせよ大腸のポリープのほとんどが治療の対象で、「腺腫」は内視鏡で切除可能です。

◎近況報告「吉田州仲会員のお葉書より」

久しくご無沙汰しておりますが、昨年11月阪大附属病院にて心臓手術を受けました。しかしその折、血栓による脳梗塞を起こし手足が不自由になりました。

（関西リハビリテーション病院で40日間の）リハビリの結果一旦は快復しましたが、又転倒し腰骨を折骨しました。現在は不自由ながらも歩けるようになりました。これからは元気に生活しようと思っておりますので、今後ともよろしくお願いたします。

（会報担当より：上記心臓手術は大動脈弁狭窄症の手術とのことなので、今回の卓話記事1と同じと思われ省略。また、腰骨の骨折については詳しいことがわからないので省略。よって「脳梗塞」と「リハビリ」に関して吉田会員の近況報告を整理することとしました。）

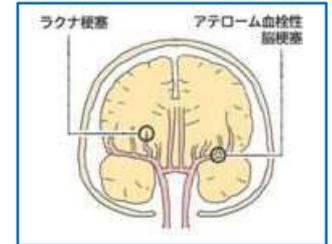
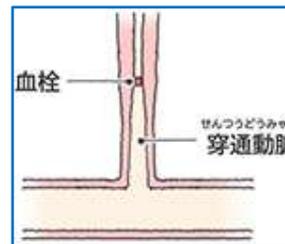
●脳梗塞（以下大塚製薬 脳梗塞の種類より抜粋引用）

脳梗塞は3つのタイプ（ラクナ梗塞、アテローム血栓性脳梗塞、心原性脳塞栓症）に分類されます。

脳卒中とよばれる病気の中でも、脳の血管が詰まって起こる脳梗塞は、脳を養う血管（大きい血管から小さい血管まで）の一部が詰まっておこります。詰まる原因としては、動脈硬化で細くなった血管につまる場合（ラクナ梗塞）、血管にコレステロールが溜まった結果、その血の固まりができて詰まる場合（アテローム血栓性脳梗塞）、心臓など他の部位で作られた血の固まりが血流によって流れてきて詰まる場合（心原性脳塞栓症）があります。（以下略）

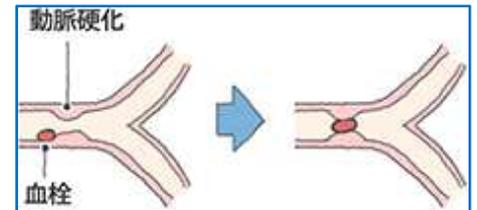
（以下略）

・ラクナ梗塞



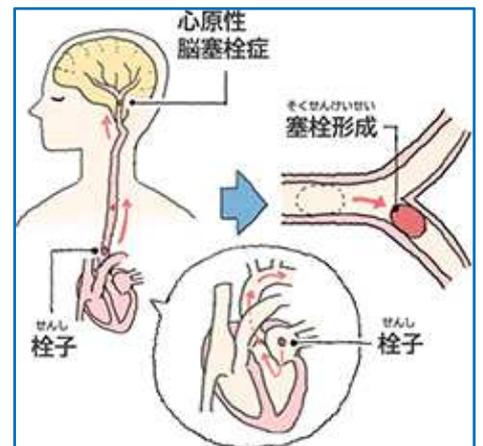
脳を養う太い血管から分岐する細い血管（0.9mm以下）の血管壁が高血圧によって厚くなったり、壊死を起こすことで、血管の内腔が狭くなり、そこに血の固まりが詰まります。※穿通動脈：脳の細い動脈

・アテローム血栓性脳梗塞



脳を養う太い血管の根元が動脈硬化や血液中のコレステロールが溜まることで狭くなり、そこに血の固まりができ、詰まります。

・心原性脳塞栓症



心房細動などの心臓病により心臓で作られた血の固まりが流れてきて、詰まります。

●関西リハビリテーション病院のリハビリの概要

関西リハビリテーション病院位置図



（会報担当より：関西リハビリテーション病院のリハビリ概要として以下の4つが上がっているが、画像が伴うリハビリのみを取り上げ、アロマセラピーは省略した。）

- ・ロボットリハビリ
- ・先端的リハビリ
- ・スタンダードリハビリ
- ・アロマセラピー

また、ロボットリハビリテーションは先端的リハビリなので先端的リハビリと重複するところがあり、先端的リハビリ画像を省略した。）

★ロボットリハビリテーション

当院では、早期に運動機能やADL自立度を向上させることを目的に、楽しくモチベーションを保って訓練ができる新しい治療法として、ロボットを用いたリハビリテーションを行っています。（以下略）

・上肢訓練ロボット「ReoGo-J（レオゴーj）」

片麻痺の上肢は、装具での機能代償が困難でADLの向上が難しいとされ、軽度から中等度の上肢麻痺に対してロボットを用いた訓練機器が開発されました。（以下略）



・下肢訓練ロボット「ウェルウォーク WW-2000」

歩麻痺足にはロボット脚を装着し、専用のハーネスを装着して軽く吊り上げた状態で、脳卒中などによる下肢麻痺の歩行訓練に用いるロボットです。



★先端的な機器を取り入れたリハビリテーション

○上肢訓練機器

・MURO solution（ミューロ ソリューション）



経皮的な電気刺激により筋萎縮改善を促し、上肢リハビリテーションを効果的に行う事ができる装置

（ミューロ ソリューション）

- ・上肢用ロボット型運動訓練装置（レオゴーJ）（前掲）
- ・経頭蓋直流電気刺激療法（tDCS）（省略）

○下肢訓練機器

- ・ウェルウォーク WW-2000（前掲）
- ・部分免荷トレッドミル歩行練習（BWSTT）

ハーネスを用いて身体を上方に懸垂し、体重の一部を免荷した状態で、トレッドミル上を歩行する練習方法



・歩行神経筋電気刺激装置（Walk aide）

歩行に合わせて腓骨神経を電気刺激することで足関節背屈を補助し、下垂足や尖足のある歩行を改善していくための機器



★スタンダードリハビリテーション

・理学療法：理学療法は、「寝返る」「起き上がる」「坐る」「立つ」「歩く」など、日常生活で必要不可欠な基本動作、移動動作の獲得を目指します。（以下略）



・作業療法：作業療法はあらゆる“活動”を通して身体の諸機能の回復・維持を図り、自立した生活ができるように支援します。（以下略）

・言語聴覚療法：言語聴覚士は、人と人をつなぐコミュニケーション、食べる力をサポートし、「その人らしく生きる」を支えます。（以下略）

以上

次回 第384回ビヤパーティ 2023年8月10日(水)
会場：ホテルモントレ大阪 16:00~19:00