



生き生きとした自分を見つけるための実用生活誌

はじまりのページ

Shukokai-Magazine The page of beginning

2018 Summer NO.44

ダイジェスト版



特集

ハスミワクチンの“ツボ”

～読めばナルホド！の知識・雑学を大公開～

がん治療の“新戦略”

蓮見賢一郎 医療法人社団 珠光会 理事長

「石の上にも三年」「早起きは三文の徳」「三度の正直」……等々。日本人は「3」という数字を好んで使う傾向があるようです。理由には諸説ありますが、なるほど……と思わせられるのは、中国の陰陽思想が原因ではないか、というもの。陰陽思想では奇数を陽数、偶数を陰数としています。両者は一対ですので、本来吉凶の差はないのですが、「陽」と「陰」という言葉から連想されるイメージから、奇数の方に親近感を持つようになった。そのうち「3」は、はじまりの数字として、また、「三」は一の次の区切りの数字として多用されるようになった、という説です。実際、数詞に関する単語を解析すると、日本語で一番多く出現するのは「三」が「三」だそうです。

さて、話を本筋に戻しますと、免疫療法に関しては、近々3つの「抗PD-1抗体」薬が製品化される予定です。「バベンチオ（一般名：アテゾリズマブ）」「テセントリク（一般名：デュルバルマブ）」がそれです。

抗PD-1抗体薬とは、日本では2014年に承認された^{※1}免疫チェックポイント阻害剤のひとつ。ご存知の通り、免疫には異物を排除する働きがありますが、この働きが高まり過ぎると正常細胞をも傷つけてしまうので、(生体には)免疫を通常の状態に戻すために、免疫細胞にブレーキをかける「免疫チェックポ

イント機構」が備わっています。悪知恵大王たるがん細胞は、このブレーキ機構をオンにすることで、すなわち、免疫にブレーキをかけてしまうことで、(免疫の)攻撃をかわすワザを身に付けているのです。このブレーキを解除して、再び免疫ががんを攻撃できるようにリセットする機能を帯びているのが、免疫チェックポイント阻害剤^{※2}です。

免疫チェックポイント機構に関係する分子は免疫細胞、がん細胞両方に発現しますが、免疫細胞側ではT細胞に現れる「PD-1」など、がん細胞側では「PD-L1」があります。

PD-1に働きかける免疫チェックポイント阻害剤は、先の2014年に承認された「オプジーボ（一般名：ニボルマブ）」など。PD-1に作用する薬剤は冒頭の3つがあります。HIV治療を進める側からの推測としては、がん細胞に結合するPD-1抗体の方が有効性が高いように感じます。ICVS東京クリニックでも、すでに治療に導入していますので、治療成績が明らかになるのも近い将来ではないでしょう。

いずれにしろ、免疫療法は抗PD-1抗体薬の登場により、新しい治療戦略を得たわけですが、毛利元就の「三本の矢」の教訓通り、状況に応じて複数の戦略を組み合わせれば、一層強固な治療に発展させることができるでしょう。がん治療に必須なのは「総合戦略」。その主軸を成すのが「免疫療法」なのです。

CONTENTS

- 2 思いの言の葉 Vol.38
がん治療の“新戦略”
- 3 特集
ハスミワクチンの“ツボ”
～読めばナルホド!の知識・雑学を大公開～
- 9 ハスミワクチン・ドキュメンタリー
島の大地と海に歴史を刻む
- 13 連載コミック
第39回 ほのぼのJiJi・BaBa 松 & 梅
- 14 もう1歩健康になるアドバイス
夏の必須知識——
熱中症に陥らない日常対策
- 16 身近な食材でできる 食養生 Recipe
アスパラガスとオクラの白和え
- 17 珠光会通信

※1:「奇数の文化と偶数の文化」 西山豊 2014年12月更新
 ※2: 2014年メラノーマ(悪性黒色種)に対して承認。適応範囲は各々条件があるものの非小細胞肺癌、腎細胞がん、ホジキンリンパ腫、頭頸部がん、胃がんに広がっている

特集 ハスミワクチンのツボ

～読めばナルホド!の
知識・雑学を大公開～



ハスミワクチンが医療の場に登場したのは1948年——。以来70年の臨床を通じ、世界各国15万人を超える患者さまを癒した“がんワクチン”の知識・雑学を、BSL-48 珠光会 Clinic 看護師長の池田喜和子さん、同看護師廣田和美さん、同事務長渋谷大介さんにお聞きしました。知っているようで知らないハスミワクチンの“ツボ”がわかります。

Tubol ハスミワクチンは 標準治療との 併用がお勧め

患者さまから「抗がん剤や分子標的薬、放射線治療と、ハスミワクチンをいっしょに用いてもいいの?」と尋ねられることが少なくありません。答えはYES——。3大療法など、ほかの治療法とハスミワクチンの組み合わせは、むしろBSL-48 珠光会 Clinicの推奨メソッドなのです。

ハスミワクチンのメカニズムは、①ワクチンの作用によって体内の樹状細胞が活性化される、②活性化した樹状細胞によって、がんを攻撃するリンパ球が誘導される、③誘導されたリンパ球が、がん細胞の排除を促す——というもの。

とはいえ、腫瘍が大きすぎる場合は、ワクチンで誘導した免疫細胞だけでは、太刀打ちできないケースもあります。そのため、体内の腫瘍量を増やさない環境を整える、という作業が重要になるわけです。

がんの速やかな治療を目指すためには手術、化学療法、放射線治療の「がん標準治療」とハスミワクチンを上手に組み合わせることが大切です。

また、抗がん剤や放射線治療などの副作用に苦しむ人も多くいらっしゃいますが、ハスミワクチンを使っている患者さまからは、「副作用が緩和された」「まったく副作用がなかった」などという感想を、たびたびお聞きします。

これは、ハスミワクチンに含まれる「アジュバント (Break time 参照)」によって、体全体の免疫力が強化され、治療の毒性に対する抵抗力が高まったためだと考えられます。

ハスミワクチンの作用を一層強力に発動させるため、そして、治療の副作用を軽減させるためにも、ハスミワクチンは標準治療と併用していただくことをお勧めします。

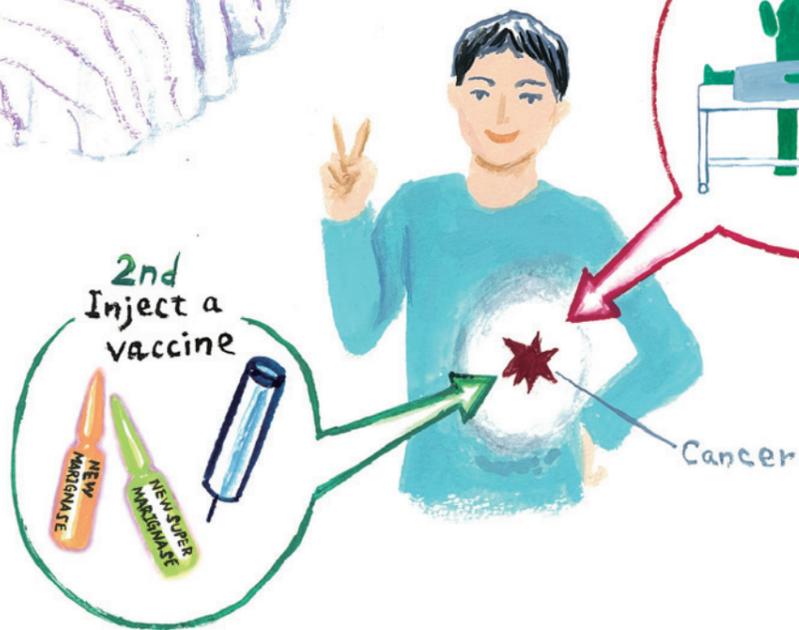
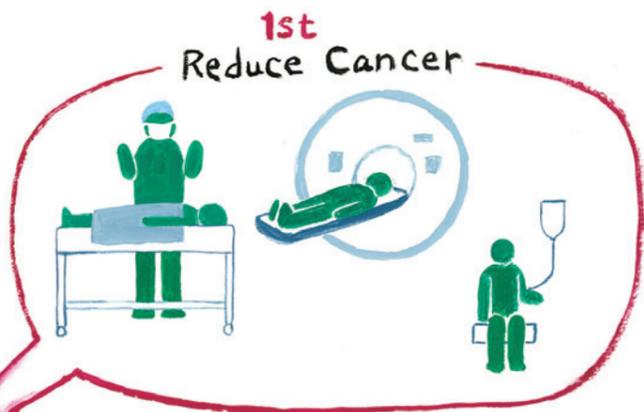


Tubo3 ハスミワクチンを注射するのは夜がいい？

ハスミワクチンを注射する時間帯は朝がいいのか、夜がいいのか……。特にレギュレーション (規則) があるわけではありません。しいていえば、自己注射の場合、注射針によるケガを防ぐために、「リラックスできる時間帯」に行う方が賢明です。

また、注射に慣れるまでは、体調に変化が生じた場合、創傷を負った場合などに備え、当クリニックはもとより、他の医療機関を受診できる時間帯に注射する方が良いでしょう。

細胞の再生を促し、疲労を回復させる成長ホルモンが分泌されるのは睡眠中。ワクチンの効果を引き出すためにも、夜はぐっすり睡眠を取るように心がけてください。



an illustration : 鯉登潤

Tubo2 アジュバントで もっと健康になる

ハスミワクチンは、健康な人が「がん予防」を目的として用いるケースが少なくありません。予防目的の場合は、ハスミワクチンの成分のうち「アジュバント」を皮下注射します。ところが、患者さまのなかには「どうしても注射になじめない」という方がいらっしゃいます。そんな声を反映し、開発されたのが皮膚に貼る「貼付剤」タイプの「M-アジュバント」。そして、口から摂取する「経口剤」タイプの「コルダ」です。

両方ともハスミワクチンと同じアジュバント成分で作られています。注射の方が効果が高いと感じる方が多いようですが、「M-アジュバント」は皮膚浸透率が考慮されており、注射と同等の効果が得られるように、アジュバント成分の含有量が、注射液より多量に配合されています。予防のほか、リウマチや喘息、アトピー性皮膚炎など「自己免疫疾患」の症状緩和も期待できます。

また、同じアジュバント成分を用いた製品として、「点鼻薬スプレー」があります。ステロイド (抗炎症成分) は入っておりませんので、副作用の心配がなく、長期間ご使用いただけます。これらの製品に関しては、BSL&珠光会 Clinic にお問い合わせください。

Tubo4 ハスミワクチンはどこに打てば効果的なのか

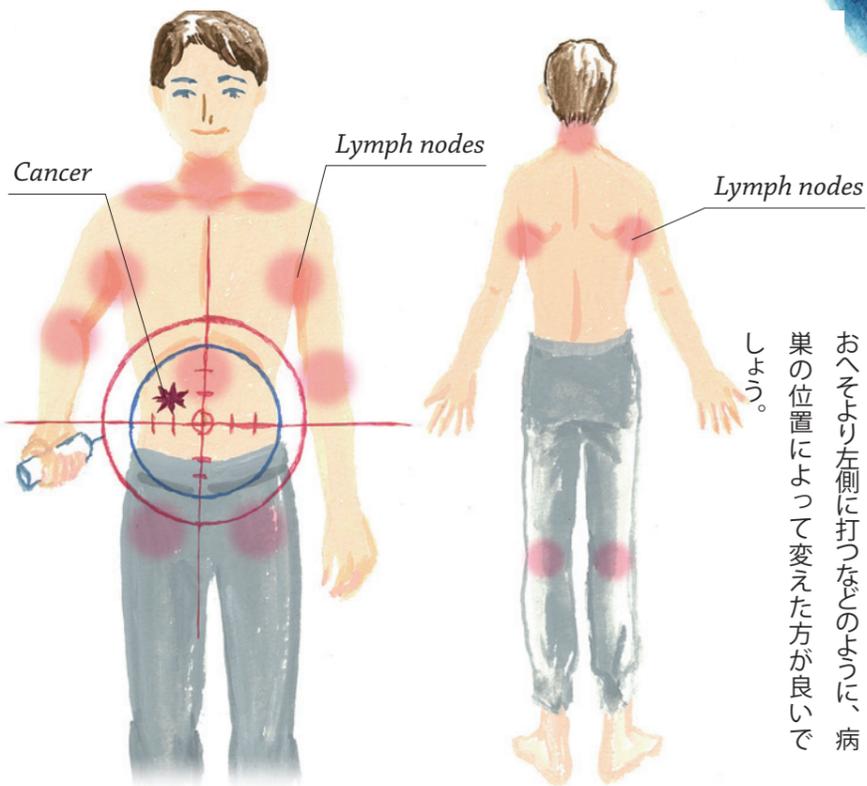
自己注射の場合、多くの患者さまはお腹に打っているようです。それで問題ありませんが、注射の場所は、たとえば、病巣がおへそより右側であれば、ワクチンも右側に。左側にある場合は、おへそより左側に打つなどのように、病巣の位置によって変えた方が良いでしょう。

ハスミワクチンを皮下注射すると、刺激を受けた樹状細胞が隣接した所属リンパ節へ移動し、兵隊のリンパ球を誘導します。ですので、病巣に近い位置に注射した方が、より効率的に免疫細胞を動員することができると考えられています。

とはいえ、利き手の問題もあるのでしょう。また、ハスミワクチンは継続させることが重要ですので、ご自身が一番注射しやすい場所に打つのが肝要です。

なお、注射は同じ場所 (周辺) に打ち続けることがポイントです。毎回違う場所に打った方が良いのでは……と考える方もいらっしゃるでしょうが、ハスミワクチンは定期的に樹状細胞を刺激することで、徐々に体にがん抗原を認知させていきます。

つまり、同じ場所の樹状細胞を刺激することが、同じ所属リンパ節を活性化させ、優秀な兵隊のリンパ球を誘導することに繋がるのです。





ハスミワクチンは 自分のペースで注射してOK!

ハスミワクチンは、原則5日ごと(中4日)に注射します。この投与間隔は、免疫に定期的な刺激を加えずとも、注射がストレスにならず、ハスミワクチンの治療を継続的に進めるように——と考えられた珠光会独自のプログラムです。

もちろん、5日ごとに注射できればベストですが、体調や生活のリズムなどによっては、予定通り注射できない場合もあるでしょう。

でも、心配しないでください。多少間隔がずれたとしても、効果に問題はありません。きちんと注射すること、に生活を縛られるのではなく、普段の生活のなかにハスミワクチンをうまく取り入れることが大切です。大事なことは、投与間隔を守ることより、長く続けることなのです。

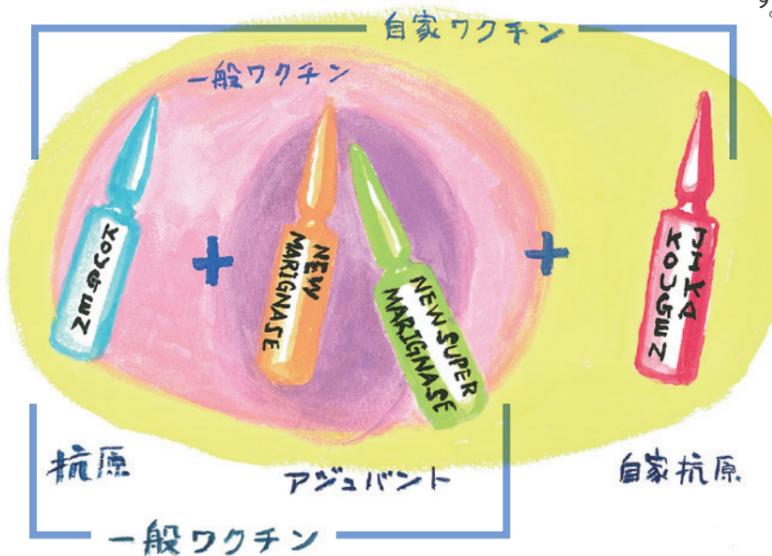
病状により3日ごとや7日ごと、10日ごとなどの間隔で治療している患者さまもいらっしゃいます。

注射の間隔は病状やライフスタイルに合わせて、クリニックと相談しながら臨機応変に対応していけば大丈夫です。



ハスミワクチンの基本は 「一般ワクチン」

ハスミワクチンには「一般ワクチン」と「自家ワクチン」があります。一般ワクチンは、例えば「胃がん」なら「胃がんワクチン」、「肺がん」なら「肺がんワクチン」というように、がんの種類ごとに、それらの細胞膜から抽出した抗原で作ったワクチン——。自家ワクチンは、一般ワクチンに患者さまの尿から分離した「自家抗原」を添加したワクチンです。洋服でいえば、一般ワクチンが「レディメイド」、自家ワクチンが「オーダーメイド」という感じです。



体温を上げれば、 ハスミワクチンの 効果も高まる?

体温と免疫には密接な関係性があります。一般的に体温で36℃を下回ると、免疫を司る白血球の働きが低下するといわれています。つまり、36℃未満の「低体温」では、免疫力が下がるということです。ハスミワクチンにかかわる樹状細胞やリンパ球も白血球の一種ですから、ハスミワクチンを投与するならば、白血球の働きが活発なとき、すなわち、体温が36℃以上で、免疫力が低下していないときの方が効果的だということです。

低体温は食事などさまざまな要因で生じますが、最も大きな原因は「筋力低下」です。筋力が低下すると、体内で熱を生産する力が弱まり、基礎体温の低下を招きます。

適度な運動は基礎体温の維持、免疫力アップにも繋がります。ウォーキングやラジオ体操、ストレッチなど、体の状態に合わせた無理のない運動を日常生活に取り入れましょう。また、体温を上げるためには入浴も有効ですので、毎日しっかり湯船につかるように心がけましょう。

こういう言い方をすると、自家抗原だけでも効果的に感じてしまうかもしれませんが。

しかし、ワクチンの効果を左右する抗原力価(抗原の質)は、実は一般ワクチンに用いられる既製抗原の方が高いのです。

ハスミワクチンに使用されている抗原は、蓮見癌研究所[※]で培養された「実際のがん細胞膜」から抽出された膜型抗原です。がんの種類ごとに多数準備されており、これほど多種の既製抗原が準備されているがんワクチンは、他に類を見ません。

しかしながら、患者さまのがん細胞に発現するタンパクと既製抗原を100%一致させることは、現在の科学では不可能です。そこで、患者さまご自身の尿中に漏れ出た微量のがん細胞膜のタンパク分子から「自家抗原」を抽出し、それを添加することで、少しでも「100%一致」に近づけようというのが自家ワクチンの考え方です。

体内に腫瘍が存在しているケース、腫瘍マーカーが高値を示しているケースなどは、尿中にもがん細胞膜のタンパク分子が多く存在する可能性が高いので、自家抗原を作製することをお勧めします。

ハスミワクチンの基本は一般ワクチン——。それに自家抗原を加えた組み合わせが、免疫力でがんと闘うために、もっとも適したフォームといえるでしょう。



※蓮見癌研究所：設立は1946年。世界中の研究者交流を深めることで、先進のがん免疫療法の研究開発、臨床応用を展開している

がんに克つて生きる 第4回

島の大地と海に 歴史を刻む

新潟県の西方約35キロの沖合に浮かぶ佐渡島。沖縄本島に次ぐ日本第2位の面積を誇り、温暖な対馬海流の恩恵から海の幸はもとより、米作り、果樹栽培など豊富な農産物にも恵まれた五穀豊穡の島——。今回のゲストは、そんな佐渡島で生まれ育った倉田洋子さん（仮名・87歳）です。洋子さんとハスミワクチンの歴史は、夫婦で歩んだひたむきな旅路でもありました。

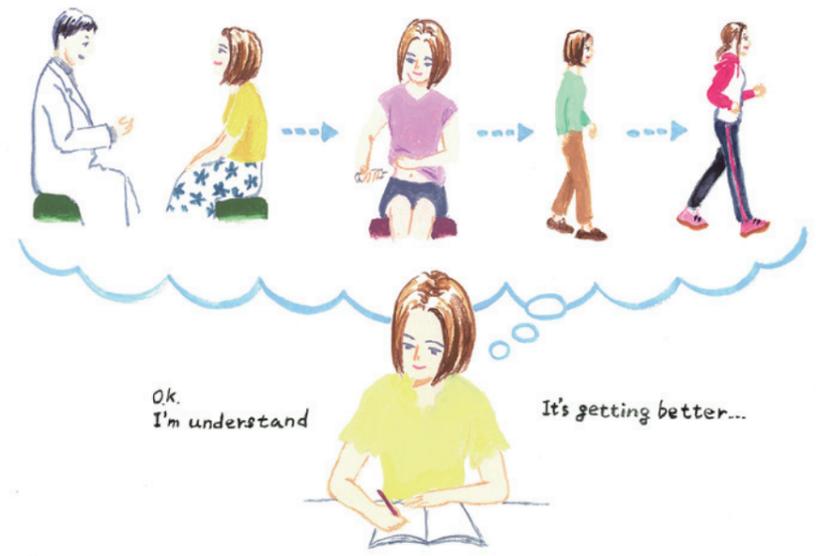
●外海府海岸

●直感で決めた「お見合い」
昭和6年（1931年）——。月刊・少年倶楽部で「のらくろ」の連載が始まり、ニューヨークでエンパイア・ステート・ビルが完成し、上越線が全線開通した年、倉田洋子さんは佐渡島の南部の農家に生まれました。
好奇心旺盛な女性としてすくすくと育った洋子さんに「お見合い」の話が持ち上がったのは、26歳の頃——。
「さっぱりわからない……」
「考えあぐねていると、母方の親戚の一人が、「私が調べてあげようか？」と応じてくれました。その女性は中学校の先生をしており、お見合い相手を通った学校に、知り合いの教師がいるというのです。
調査を依頼した洋子さん。数日後、ニコニコして現れた叔母さんは、大きくうなずいて言い切りました。
「お相手は、天下一品。頭もいいし、スポーツもできるし……。この縁談、申し分なしよ」
「決めた」という言葉が、心中で弾けました。
「理屈ではなく、そう感じました。顔も知らない男性なのに、とても深い縁」を覚えたのです。

免疫が“上がった”、“下がった”はどうやって判断する？



免疫力が上がった・下がったを判断する手段として、「免疫力＝体重」と仮定し、「体重の増減」で推量する、という方法があります。体重が増えたら体力も増加し免疫力が上がる、体重が減ったら体力も減少し免疫力が下がる……という考え方です。
ただし、厳密なメソッドではありませんので、「体重が増えたから免疫力が上がった」とはいいい切れません。しかし、逆に食生活を変えていないのに体重が減っている場合は、免疫力が下がっていると判断できます。
「医食同源」という言葉がある通り、健康を保つためにも、そして、がん治療に耐える「免疫力＝体力」を保つためにも、食事はとても大切です。
食事療法については、個人個人の体質も違うので、ご自身にあった方法を選択されるのがベスト。ただし、基本的には卵魚類、脂身の少ない肉類など良質なたんぱく質、旬の野菜や果物、ミネラル・ビタミンを摂取すること。砂糖、アルコール類、添加物の摂取は、控えることを心掛けてください。バランスの取れた食事をとることも肝心です。
ハスミワクチンの「投与記録」の記入をお願いしますが、ワクチン以外の治療に関しても「記録」を取ることをお勧めします。
「自分がどんな治療を受けたのか、医師はどんな説明をしたのか、食欲の有・無、体調はどんな感じなのか……」等々、気が付いたことを文字にすることが大切です。医師にとっては治療を進める上での参考に、また、ご本人にとっては治療効果を計る資料になるはずですよ。



Break time

クリニックの名称にもなっている『BSL-48』。アイドルグループにあやかっただけではなく、れっきとした由来があるのです
ハスミワクチンの臨床応用が開始され70年——。長期間安全に継続治療できているのは、極めて毒性が少なく、かつ、免疫活性を確実に促すアジュバントがあったからだといわれています。
このアジュバントを開発したのは、蓮見賢一郎先生の御父上である蓮見喜一郎先生です。現在は合成型に移行していますが、当時は「ウシの脾臓から抽出した脂質」が主成分。これを英語に訳すと、Bovine（ウシの）、Spleen（脾臓）、Lipid（脂質）となり、各語の頭文字を合わせてBSLとなりました。また、48はハスミワクチンの臨床応用が開始された1948年に由来しています。『BSL-48』は、蓮見賢一郎先生がお父様の功績を称え、意思を引き継ぐ決意の証として、今も脈々と息づいているのです。



●佐渡おけさ
新潟県佐渡市(佐渡国)に伝わる「おけさ節」のひとつ。
佐渡を代表する民謡として全国に知られている

しかし、喜びも束の間……。今度は洋子さんが病魔に襲われてしまいます。
「ある日、トイレに入ったら、便器が血の海になってしまったのです。佐渡には一つしかない泌尿器科へ駆け込み、検査を受けました」
結果は腎盂がん……。担当医は愕然とする洋子さんに、「一晩猶予をあげるから考えてください」と告げました。



●浮遊選鉱場
相川の北沢地区には、鉱山の近代化に貢献した施設群が密集している。もともとは銅の製造過程の技術であった浮遊選鉱法を、金銀の採取に応用し、世界で初めて実用化に成功させた施設。かつては「東洋一」とうたわれた、近代遺産のシンボルである

かと悩んでいるとき、友人の一人が声をかけてくれたのです」
「東京の珠光会へ行ってごらん」と、洋子さんのお友達は告げたのでした。
珠光会診療所がどんなところなのか、その時は理解できたわけではありませんが、訪ねてみたいという思いは膨らみました。
しかし、当時春樹さんは漁船のリーダーを務めており、乗組員を放り出して東京へ向かうわけにはいきませんでした。
「時機を見て、主人を珠光会という病院へ連れ

ていきたいので、しばらく休業させてください」と、乗組員にお願いしました。すると、文句ひとついわず、心よく引き受けてくれたのです」
そして、昭和52年(1977年)、洋子さんと春樹さんは、佐渡から東京・阿佐ヶ谷の珠光会診療所(当時)への旅路に就いたのでした。

●治療を決めた家族会議

「主人の体調が芳しくなかったもので、東京へは新幹線のグリーン車で通いました。旅費は実家や親戚が助けてくれたものの、とても贅沢をしているようで……。精神的には大変つらい時期でしたが、振り返ればいい思い出です。」

ある日、主人を診察していた蓮見喜一郎院長(当時)が、頬を撫でて、「しこりの跡がきれいに消えているね」とおっしゃったのです。「本当ですか?!」と、飛び上がってしまいましたよ」
春樹さんは注射が嫌いで、洋子さんはずいぶん苦労したようですが、ハスミワクチンが効を奏し、春樹さんの不調は確実に回復していきま

した。
しかし、喜びも束の間……。今度は洋子さんが病魔に襲われてしまいます。

「ある日、トイレに入ったら、便器が血の海になってしまったのです。佐渡には一つしかない泌尿器科へ駆け込み、検査を受けました」

結果は腎盂がん……。担当医は愕然とする洋子さんに、「一晩猶予をあげるから考えてください」と告げました。



●両津港
新潟港から佐渡汽船が就航する佐渡の表玄関。
域内随一の漁獲高を誇る

相手は漁師ですので、家族は反対でした。農家の娘が、まったく生活環境が異なる場所で暮らすわけですから、心配したのでしょう。でも、説き伏せました。そして、私は島の海側にある倉田家へ嫁いだのです」

●佐渡から東京へ向かう

農業と漁業……。環境の変化に戸惑いながらも、洋子さんは懸命に働きました。体は強い方ではありませんでしたが、同じ年の夫春樹さん(仮名)を助けて、日々奮闘し続けました。二人の子供にも恵まれ、多忙ではあるものの満たされた毎日……。そんな充足した時間が止まったのは、42歳の頃でした。――
春樹さんの体に「異変」が起きたのです。
「耳の下あたりに、たんこぶができました」

「おたふく風邪で腫れることでも知られる唾液腺――耳下腺に生じる「がん」。悪性の耳下腺腫瘍でした。」

「医師から「手術をするなら、専門医を新潟から呼ばねばならない。呼ぶなら旅費を出してほしい」と頼まれたのです。」

「先生のおっしゃる通りにします」と答えました。主人の命に代えられるものなどないのですから」

手術は無事成功……。しばらくは安寧な日々が続きましたが、4年ほど経った頃、春樹さんが不調を訴えるようになりました。

「主人は「息が詰まるようだ」といいますが、病院へ行くと異常なしという答え……。苦しがる様子を見ているのはとても辛く、なんとか方法はないもの

ほのぼのJiJi・BaBa 松 & 梅



小林 裕美子

マンガ家／イラストレーター
東京造形大学・デザイン学科卒業。イラストレーターとして、実用書や児童書、雑誌、WEB媒体、新聞等に挿絵やマンガを描いている。『美大デビュー』（ポプラ社）、『もちもち』（徳間書店）、『親を、どうする？』（実業之日本社）、『私、産めるのかな？』（河出書房新社）、『親が、倒れた！ 桜井さんちの場合』（新潮社）、『産まなくてもいいですか？』（幻冬舎）等、著書多数。

譲り合い



速読の達人



「島で手術するとなると、麻酔医を（本土から）呼ばねばならない。ここで手術するか、本土の病院へ転院するか決めてくれ...というのです。夜、家族で話し合いました。そのとき娘がパソコンで専門医を調べてくれて...。県立がんセンターにとっても良い医師がいると、教えてくれたのです」

新潟県立がんセンター新潟病院での手術を決意した洋子さん。思いを担当医に告げると、「いとこ引いたね。その先生は、僕の主治医なんですよ」と応じたのです。

エッ...と驚く間に紹介状が書き上がり、それからトントン拍子でした。早々にがんセンターへ入院し、抗がん剤治療が始まりました。途中、副作用に悩みましたが、平成25年（2013年）、無事腫瘍の摘出手術に成功したのです。

病院から退院するや否や、洋子さんが向かった先は、珠光会の協力医でもある島の開業医でした。実は洋子さん、春樹さんの耳下腺腫瘍が治癒した頃、原因不明の体調不良に陥ったことを契機に、子宮がん用のハスミワクチン（一般ワクチン）で予防に努めていたのです。

「阿佐ヶ谷で初めてハスミワクチンを打った帰り、体の芯がポカポカと温かくなって...これは凄いと唸りましたよ。入院中は（ワクチンが）使えませんでしたので、退院と同時に注射していただきました。とても安心して...これで治る」という思いがこみ上げてきました」

現在、腎盂がんはすっかり完治し、定期検査でも医師から「教科書に載せたいぐらいだ」といわせるほどの克復ぶりだそうです。

◆ ◆

ご主人の春樹さんは今から17年前、70歳の時に心筋梗塞で逝去されました。しかし、洋子さんの心中には、ご主人の面影が未だ脈々と鼓動しているといえます。春樹さんの人となりや聞いたとき感じた「縁」は、縁結びの神様がくれた最高のプレゼントだったに違いありません。

「人生には楽しいこともたくさんあります。苦しいことも悲しいこともたくさんあります。もし、苦難に出合ってしまったら、闘ったり逃げ出したりせず、その痛みに寄り添うことが大切だと思っています。痛みを受け入れ共に生きていけば、いつかすべてが懐かしい思い出に変わるのですから」

「人生は一度きりと語る洋子さん。かといって、あれもしたい、これもしたいと浮足立つのではなく、一步一步着実に歩いてゆくことが肝心だと続けました。

おそらく、時間という漠たる流れは、確実な一歩を繰り返すことで、「歴史」という名に固定してゆくのでしょう。洋子さんと春樹さんの物語が、佐渡島の大地と海にしっかりと刻まれていることは疑うべくもありません。

免疫力が上がるアドバイス

米国法人 連見国際研究財団理事長
連見賢一郎

倉田様は昭和53年6月15日に珠光会を受診され、私の父の診察をお受けになっています。当初、婦人科の予防ワクチンを使用されておられました。平成25年の6月に血尿に気づき、検査の結果右腎盂がんと診断されました。

このように、予防として長期ワクチンを使用されている方でも、がんになるケースはあり、年間を通じて0.3%ぐらいの確率で、がん化傾向があります。しかし、すい臓がんなど、特殊な診断を除いて、通常は発見された段階での治療で間に合うことが多く、リンパ節への転移も少ないのが特徴です。

この結果を見ても、検診の大切さがわかります。また、日頃から体調の変化に気を付けて、異常を感じたら、早目に専門の施設を受診されることが肝心です。

100%完璧ながん予防というのは存在しませんので、早期発見、早期治療の基本概念をもとに、倉田様のように適切な治療を受けられることをお勧めします。

Healthy Advice.
もう1歩健康になる
アドバイス

夏の必須知識—— 熱中症に陥らない日常対策

猛暑日が続くにつれ、話題になるのが“熱中症”——。熱中症は条件さえそろえば、いつでも誰でも陥る危険を秘めた怖い病気。総務省の発表によると、昨年7月の熱中症による救急搬送人数は26,702人。今年はそれを上回るペースで増加しているといえます。年齢区分では高齢者の搬送がもっとも多く、次いで成人、少年、乳幼児の順となっています。地球温暖化に伴い、益々必須となる夏の“熱中症対策”を解説します。

◆熱中症のサイン——こんな症状を感じたら

熱中症の症状は、暑さによって体温が上昇することにより、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調節機能が動かなくなったりすることで生じます。次のようなサインを感じたら、あなたも熱中症に陥っているのかもしれない。



Sign1 顔のほてり・めまい

顔のほてりやめまいは、熱中症の初期症状です。症状を悪化させないために、速やかに涼しい場所へ移動し、水分を補給しましょう。このとき、同時に塩分を摂取することがポイント。大量に汗をかけた状態では、水分と共に塩分やミネラルも失われているので、そこに水分のみを補給すると血中の塩分・ミネラル濃度が低下し、かえって害になる場合があります。塩分の目安は、1リットルの水に1〜2グラム。塩分を含む飴や梅干しなどをなめても良いでしょう。

Sign2 汗のかき方が異常

拭いても拭いても汗が止まらない、逆にまったく汗をかかない……など、普段と汗のかき方が異なる場合は、熱中症に陥っている危険性大です。涼しい場所で体を休め、水分・塩分の補給をしてください。症状が改善されない場合は、医療機関を受診してください。



Sign4 筋肉痛・痙攣

筋肉の痙攣や、手足の筋肉がつる“こむらがり”と呼ばれる症状が出るケースが見られます。これらは熱中症とよばれ、部分的に生じることが特徴です。こうした症状を覚えたら、涼しい日陰かクーラーのきいた屋内へ移動し、水分補給を行います。Sign1と同様、濃度0.1〜0.2%の食塩水やスポーツドリンクなどで塩分補給することが肝心。これらの対処で症状が改善されない場合は、速やかに医療機関を受診してください。点滴などで、塩分を補う必要があります。

Sign3 だるさや吐き気

体がだるくて力が出ない、吐き気がする……などの不調を覚えたら、熱中症に陥っている可能性が高まります。涼しい場所で水分・塩分の補給をしてください。症状が改善されない場合は、速やかに医療機関を受診しましょう。

◆熱中症——かからないための4つの対策

熱中症に陥らないために心しておかねばならないことは、暑さに負けない“体づくり”と、暑さから身を守る“環境整備”です。次の4つの対策を参考に、夏を快適にお過ごしください。

対策1

水分と塩分をとるべし！

喉が渴いていなくても、定期的に水分をとること。塩分はさほどこまめにとる必要はありませんが、毎日の食事で、ほどよく摂取することが肝心です。大量に汗をかいた場合は、特に塩分摂取に気を配りましょう。



対策3

衣服で身を守るべし！

衣服を工夫し、暑さから身を守ることも大切。上着は麻や綿など通気性の高い素材、下着は吸水性や速乾性に優れた素材を選ぶと良いでしょう。また、外出時には帽子や日傘で直射日光を避けることも肝心です。



対策2

睡眠環境を整えるべし！

日々の疲れを癒し、明日の活力を養うために、睡眠はとても大切——。最近はいんやりとした“冷感”を売りにした寝具も販売されていますので、それらのアイテムを利用したり、エアコンや扇風機などを適度に活用するなどして、ぐっすり眠れる環境を整えましょう。



対策4

グッズを活用すべし！

火照った体を冷却するスプレー、首に巻くだけでひんやりとするスカーフ、塩っぽさが美味しい飴、熱中症の危険度を知らせてくれるアラームなど、暑さ対策に優れたグッズがたくさん売られています。これらを日常生活のなかに上手に取り入れ、猛暑を快適に乗り越えましょう。

Sign5 呼びかけに無反応、まっすぐに歩けない

第三者の呼びかけに対して無反応だったり、おかしい返答をする。または、痙攣を起こしていたり、まっすぐに歩けない……などの異常に陥っている場合は、重度の熱中症にかかっている可能性大です。水分補給に応じないような場合は、大変危険な状態ですので、無理やり水を飲ませることはせず、一刻も早く救急車を呼びましょう。①涼しい場所に移動させる、②衣服を脱がせたり、ネクタイやベルトを緩めたりして、体から熱を放散させる、③露出した皮膚を冷水や扇風機などで冷却する……などの措置を取ることが大切です。



珠光会通信 Shukokai Communication

身近な食材で できる Shoku you jyo 食養生 Recipe

Report 徳島市で「交流・勉強会」が開催

●会を支えてくれた「徳島ハスミワクチン友の会」

さる5月19日(土)、徳島県徳島市において、「交流・勉強会」が開催されました。会場となった「アスティとくしま(徳島県立産業観光交流センター)」に足を運んでくれた方は、おおよそ50名——。初めて「交流・勉強会」を行う地で、どれだけの人に集まっていたか……と不安を募らせていたスタッフが、ほっと胸をなでおろす一幕もありました。

この盛況に一役買ってくださったのが「徳島ハスミワクチン友の会」。同会はハスミワクチンなどの珠光会の医療と患者様をつなぐ“場”として、徳島市を拠点として活動——。市内在住の矢武秀生さん、森本美弥さんなどの方が運営に当たられ、天羽クリニック院長 天羽達郎先生が顧問ドクターとしてサポートしてくださっています。



矢武秀生さん 森本美弥さん

●井島研究員が解き明かす“免疫細胞療法”

開会を告げたのは、BSL-48 珠光会 Clinic 事務長の渋谷大介氏。渋谷氏の挨拶の後、米国法人 蓮見国際研究財団・東京リサーチセンター研究開発室 井島史博研究員が登壇しました。

井島氏は研究・開発の専門家——。エキスパートの視点から、免疫細胞療法とハスミワクチン、蓮見賢一郎先生が考案した次世代型免疫療法——HITV療法、そして、免疫チェックポイント阻害剤(商品名: オプジーボなど)、CAR-T療法まで幅広く解説してくれました。

免疫細胞療法には「NK細胞療法」、「TIL療法」、「 $\alpha\beta$ (アルファ・ベータ)T細胞療法」、「 $\gamma\delta$ (ガンマ・デルタ)T細胞療法」、「LAK療法」などの種類があります。これらの免疫療法の特徴や作用機序^{*1}を、“自然免疫”や“獲得免疫”^{*2}などの観点を踏まえて解説。獲得免疫に作用するハスミワクチンとの違いも説明しました。研究者らしく、専門的な用語が飛び出すこともありましたが、参加者のみなさまも、きっと科学的な風を感じ取ってくださったことと思います。

井島氏の講演終了後は、BSL-48 珠光会 Clinic の看護師長 池田喜和子氏を交え、みなさまが日頃治療や日常生活で感じている疑問を議題に、質疑応答が行われました。会は予定終了時間を押しして終了——。名残惜しい空気を曳きながら散会しました。



質問に立つ参加者

会場となった「アスティとくしま」



アスパラガスとオクラの白和え

材料(2人分)

- アスパラガス……………1束
- オクラ……………6本
- 木綿豆腐……………1/2丁
- 白ごま(すり)……………大さじ2
- 塩……………少々
- 薄口醤油……………小さじ1/3

作り方

- 1 アスパラガスは半分に切り、ゆでる。オクラは塩で磨いてからさっとゆで、氷水で十分に冷やす。
- 2 1のアスパラガスを2cm長さに、オクラは5mmの輪切りにする。
- 3 ボールに豆腐を入れて、泡立て器でよく混ぜる。すりごまを加えて、よく混ぜて、塩、薄口醤油で味を調える。
- 4 水気をふいた2に3を加え、よく和え、器に盛る。



オクラのネバネバには胃の粘膜を保護し、夏バテで疲れた腸内環境を整える働きがあります。アスパラガスに含まれるアスパラギン酸は、新陳代謝を促し、疲労回復の効果があります。また、免疫力を高め、抗がん作用も期待されています。

*1 作用機序：薬が人体に対して作用するメカニズム
*2 自然免疫と獲得免疫：生体が生まれながらに持っている免疫を「自然免疫」。生後、病原体などの異物と接触することで獲得した免疫を「獲得免疫」という

Report

札幌市&広島市で蓮見先生の講演会が開催

●札幌市——参加者が体験を披露

恒例の「蓮見賢一郎先生講演会」が、さる6月9日（土）北海道・札幌市で開催されました。蓮見先生が札幌を訪れるのは、2年ぶり——。首を長くしてお待ちになっていた参加者のみなさまが続々と会場へ詰めかけ、講演会が始まるまでにすでに“満員御礼”。ついには、補助席をお出するほどの盛況となりました。

今年蓮見先生が選んだ講演テーマは『がん——第Ⅳ期を治す治療手順～免疫療法を第一選択治療に置く理由～』。ICVS 東京クリニックが集計したデータでは、放射線や抗がん剤など他の治療を受けずに HITV 療法を受診した患者様と、他の治療を受けてから HITV 療法を受診した患者様を比較した場合、前者（受けずに受診）の方が、治癒率が向上することがわかっています。つまり、医師にがんだと告げられたら、どんな治療よりも優先的に免疫療法を受けるべきだと、蓮見先生はいいます。

「“免疫”は、人間を病気から守る根本的な機能です。どんな治療を受けるにしろ、免疫が活性化されている方が、治療効果が高まることは当然の成り行きでしょう」（蓮見先生）。

HITV 療法は手術などの標準治療では治癒が難しい“第Ⅳ期”のがんをターゲットに、蓮見先生によって開発された次世代型の免疫療法。2008 年、初めて第Ⅳ期のがん患者を治癒へ導いて以来さまざまな研鑽を重ね、現在では中国、ロシアなど海外への技術移転など、多種多様な場ががん患者様の救命にあたっています。

「第Ⅳ期になったら、医師は治療を放棄してしまいます。あとは緩和治療を薦めるぐらいで、もしも放射線や抗がん剤を行っても、ほとんどの場合はポーズにすぎません。それでも、あきらめる必要はないということ、覚えておいてください。HITV 療法には、治癒へ至る戦略がたくさん用意されています。第Ⅳ期を宣告されたら、ぜひご相談ください*3」（蓮見先生）。



講演会終了後、蓮見先生を交えて「懇親・勉強会」が行われました。参加者のお悩みに蓮見先生が直接お答えし、その質疑応答を参加者全員が共有することによって、がんから癒えるための知識・情報を高めていく——。そんな貴重な時間の冒頭、司会を務めた渋谷大介 BSL-48 珠光会 Clinic 事務長の指名により、ICVS 東京クリニックの患者様お二人が治療経過と現状を語ってくれました。お二人ともとても難しい“がん”ながら、HITV 療法を継続することにより、徐々に明るい兆しが見え始めているとのこと——。まだ楽観はできませんが、HITV 療法で治癒を目指す旨を淡々と語っていただきました。

蓮見先生札幌講演会は次回の再会を約束しつつ、惜しめない拍手を締めにか散会となりました。



●会場風景
2年ぶりに聴く蓮見先生の講演に、熱心に耳を傾ける参加者たち

冬の北海道旧本庁舎



●広島——蓮見先生、井島研究員の2本立て

さる6月23日（土）、広島国際会議場において「蓮見賢一郎先生講演会」が開催されました。広島講演会は市内の医療法人社団寿会 永山医院が主体となっていて行われる恒例の行事。今年も市内外から多くの参加者が訪れました。

今年の講演会は2部構成——。冒頭、永山医院院長の汐見千寿先生の挨拶のあと、蓮見先生が登場。講演テーマである『がん——第Ⅳ期を治す治療手順～免疫療法を第一選択治療に置く理由～』を、最新データを交えて解説しました。広島地方では HITV 療法を受診している患者様も多く、観客のみなさまも蓮見先生が解説する“治癒へ至る手順”に、しきりと頷いていらっしゃいました。

暫時の休憩をはさみ、蓮見国際研究財団 東京リサーチセンター研究開発室 井島史博研究員が登場しました。井島研究員が広島を訪れるのは初めて——。免疫システムの概要から始まり、各種免疫細胞療法から最新の免疫チェックポイント阻害剤（商品名：オプジーボなど）、CAR-T 療法に至るまで、スライドを用いて丁寧に解説しました。所々研究者らしい専門的な説明もありましたが、全体としてはわかりやすく、参加者のみなさまのペンも、メモ帳の上をよどみなく走っていました。

講演終了後、汐見先生から井島研究員に花束の贈呈が行われ、広島講演会は盛況のうちに幕を下ろしました。



毎年、広島講演会で垣間見るのは、会場で裏方を務めるみなさんのきびきびとした所作です。永山医院のスタッフの方々ですので、広島講演会は免疫療法の最新知識を知ると同時に、永山医院の絆にも触れられる機会だといえるでしょう。地域の中核病院として、益々の活躍を期待する所以です。



蓮見賢一郎先生



汐見千寿先生



井島史博研究員



●会場風景
参加者の熱気で、室温がじわりと上昇する



原爆ドームと天安川

*3 ICVS 東京クリニック：東京都千代田区紀尾井町4番地1号
ホテルニューオータニ新紀尾井町ビル 4F
TEL 03-3222-0551

蓮見先生が「ザ・プリンス さくらタワー東京」で招待講演

●免疫療法の基本からトピックスまでをわかりやすく解説

さる6月4日（月）、蓮見賢一郎先生が城南信用金庫の“城南大井・荏原・西大井合同しらうめ会”の招待により、講演会を開催いたしました。会場となったザ・プリンス さくらタワー東京は、東京・品川のプリンスホテルの敷地内にそびえる、ひと際^{しやうしや}潇洒なホテル。会場のレイアウトも、参加者は全員円形テーブルに着席するスタイルで、落ち着いた雰囲気に包まれていました。

蓮見先生が選んだ演題は『がんと免疫療法』。免疫の基本的な知識、免疫ががんを攻撃する仕組みなど、免疫療法を理解するうえで押さえておかねばならないポイントを、事例を挙げつつ説明。さらに、免疫チェックポイント阻害剤（商品名：オプジーボなど）、CAR-T療法など、免疫療法のトピックスをわかりやすく解説しました。

今回の参加者は、日頃免疫療法に接していない方々が大多数です。にもかかわらず、講演終了後は、みなさん腑に落ちた表情——。蓮見先生の解説が、きっと心の琴線に触れたのだと感じさせる講演会は、万雷の拍手をもって終了しました。



●会場風景

落ち着いた雰囲気のなかに、熱心な眼差しが行き交う



蓮見賢一郎先生

平成30年7月豪雨により被災された皆様に、
謹んでお見舞い申し上げます。
一日も早い復興を、心からお祈り申し上げます。

医療法人社団珠光会 理事長
蓮見 賢一郎