

## 第 42 回会長の時間 2710 地区がん予防普及推進事業について

平成 29 年 6 月 20 日

1 週間ロータリークラブの例会が抜けただけですが、何か間の抜けた 2 週間でした。もちろんこの間の 6 月 11 日には、宇部市医師会の定例総会がありそれなりに忙しかったのですが、やはりロータリーの例会は毎週あったほうが落ち着くと感じました。さて、本日は、2710 地区田原ガバナーが推進されています、がん予防普及推進事業につきましてお話しします。もうすぐ、次期の木下会長年度が始まりますが、がん予防普及推進事業がスムーズに引き継げるように、地区から配布されたがんに関する資料を元に私なりにまとめてみました。

わが国では、団塊の世代が後期高齢者に入る 2025 年には、「がん」は、3 人に 2 人か罹患するといわれております。「がん」は日本人における死因の約 29% を占めるようになり、高齢化社会になって、この傾向はさらに増大することが予測されます。そして産業企業体社員の健康障害としての、特に「がん」による生産性の低下及び医療費の増加に対する健康経営に対する意識が強まっています。こういう社会的背景と、RI の重点分野の「疾病予防と治療」に因んで、わが 2710 地区では、田原ガバナーが、「がん予防の普及推進」を 3 年間の地区戦略計画として立ち上げられました。また、この事業は、ロータリーの社会奉仕や職業奉仕活動及びロータリーの広報活動になるとともに、RI 会長のジョン F. ジャーム氏のテーマ“人類に奉仕するロータリー”にも合致します。既に 1 年目を迎えましたが、がんを生活習慣病として把握し、がんの一次予防（禁煙や生活改善）と二次予防（早期発見・早期治療）の推進、及び職業スキルを生かした青少年へのがん教育を中心に活動を開始しております。2017 年 1 月末に地区内 73 全クラブ、3308 人から得たアンケート調査では、会員の約 52% の 1715 人が何かのがん検診を受けておられます。また、喫煙者で禁煙を試みて成功した人は約 40% とデータが出ております。がん予防の推進は、地域社会とともに取り組むロータリーの課題の 1 つと思います。最後になりますが、下記のがん予防“新 12 か条”を守って生活習慣の改善に努めましょう。

### 【がん予防“新 12 か条”】

1. たばこは吸わない
2. 他人のたばこの煙をできるだけ避ける
3. お酒はほどほどに
4. バランスのとれた食生活
5. 塩辛い食品は控えめに
6. 野菜や果物は不足にならないように

7. 適度に運動
8. 適切な体重維持
9. ウイルスや細菌の感染予防と治療
10. 定期的ながん検診を受ける
11. 身体の異常に気付いたら、すぐに受診
12. 正しいがん情報でがんを知る