

■点 鐘	福田会長
■ソング	「我らの生業」
■四つのテスト	周藤会員
■ゲスト	なし
■ビジター	なし

《出席報告》	
■会員数/28名	■本日出席/24名
■出席率/92.3%	

#### ■ニコニコ BOX

- ・福田会長 吉田さん、本日の卓話、宜しくお願ひ致します。
- ・斎藤幹事 桜も散り、我が家の牡丹も半分は散り半分は満開です。
- ・天野会員 春というより夏みたいな気候ですね。
- ・古志会員 本日も宜しくお願ひします。
- ・佐野正子会員 孫が通園たのしそうでうれしいです。ポーランド大使館ウクライナ支援チャリティコンサート、85名に参加いただき無事終了致しました。お手伝いいただきましたクラブの会員の皆様、ありがとうございました。
- ・周藤会員 SAA よりお願ひがあります。今迄新入会員の吉野さんには、毎回佐野正子会員の隣でサポートいただいております。来月からは皆様と同様にランダムに席を変えて行きます。皆様 吉野会員に優しく話しかけてください！よろしくお願ひいたします。
- ・高橋会員 すっかり暖かくなりました。春を飛び越えて夏が来そう。
- ・隣垣内会員 本日も宜しくお願ひします。
- ・吉田会員 本日、卓話よろしくお願ひします。6年振りでございます。
- ・吉野会員 初めてのことばかりで、足らないこともあると思いますが、これからよろしくお願ひします。

#### ■一言近況 黛会員

昨年10月に還暦を迎え、役職定年になりました。顧問アドバイザーとして残っていますが、自分が決めた事と、新しいメンバーが決めた事の間に入っています。自分の中で割り切らなければならない事や、認めてあげなければいけない部分などの葛藤もあり、この半年苦しい立場です。顧問として65歳までは続けられますが、課長クラスになると55歳が定年です。55歳から65歳まで役職定年の立場だと精神的にきついと思います。既に5、6人いるその方たちを集めて、それぞれの意見を聞き、今後の会社の成長のために話し合える会を作りたいと思っています。

今年の4月に妻も60歳を迎えて、定年になりました。妻は今月から嘱託で働いています。したがって私も妻も早く帰れるので、毎日晩御飯を一緒に食べられます。携帯電話に例えると、とても大切で外では無いと困るけれど、身近にありすぎて、家にいる時には放ってあまり気にしない。こちらでも今後うまく付き合う方法を模索しています。

#### ■千葉県赤十字血液センターからのお願い

5月31日に調整いただいている新浦安駅前で行われる献血活動についてです。日頃からRC様にはお世話になっております。昨年度は天候に恵まれず、雨の中広報活動を行っていただき有難うございました。今回もご協力いただけると大変有難く思います。

ポスターやチラシを持参しましたので、ぜひ周辺の方に声をかけていただければ助かります。宜しくお願ひ致します。

#### ■会長あいさつ 福田会長

先ほど黛会員から、奥様と会う時間が増えたとお話がありました。私も去年55歳で会社を辞めたので、私の家庭でも家族との時間が増えています。

先日携帯を持って出かけたら妻の携帯で、私の携帯は妻には開けられますが、妻の携帯は私が何をやっても開きません。とても困りました。そして最近思ったのは「お疲れ様です」と挨拶やメールなどで何気なく使いますが、使っている本人が一番疲れているのではないかと気がきました。したがって今回からなるべく言わないようにしようと考えています。

何故この考えに至ったかは、若い頃は直ぐに治っていた風邪が、50歳過ぎてから治りにくいのが理由です。回復力や免疫力の低下を非常に感じます。さらに今では加齢により、指でスーパーのビニールや紙をめくるのも苦勞しています。

紙と言えば、私が入社した頃は紙に文字を書くのが普通でした。上司から渡される指示のメモ書きは非常に力強く、とても印象に残っています。現在ではメールなどを使うコミュニケーションは普通ですが、田上会員から来た手書きの綺麗な年賀状は非常に感動しました。



## ■幹事報告 幹事代理 周藤会員

- ・次週例会は4月24日(水)3クラブ合同夜間例会です。  
ホストは市川南RC、午後17時半受付、午後18時点鐘。  
場所はブライトンホテル。  
講演者は浦安ブリオベッカ監督元サッカー日本代表都並氏です。  
会費はクラブの負担もありますので5,000円です。
- ・今年度もフードバンクに協力する事が理事会で決定致しました。フードバンクに寄贈できる食べ物があれば是非ご協力ください。5月17日の例会に集めさせていただきます。



## ■会員卓話 吉田会員

今回の卓話は昨年10月に行う予定でしたが、元村プログラム委員長の判断で3度ほど延期となり、やっとお話できる事になりました。

私はリンパ腫患者会に入っていて、その千葉支部で3回講演を行いました。スライドの資料は患者さんやご家族、移植を受けたばかりの方などに向けた内容をまとめたものです。

(スライドを見ながら)

私は約5年前の45歳の時に悪性リンパ腫にかかりました。悪性リンパ腫は悪性度の高いものから低いものまで40~50種類あるようです。私が患ったのは悪性度で言えば中程度のステージ1~2です。3か月入院し、抗がん剤と放射線治療で寛解しました。放射線治療で皮膚が剥け、人工皮膚のようなものを貼らないと、服が触って痛くて眠れませんでした。

寛解から2年経つと再発しないで安定すると聞いていましたが、1年と11か月後に再発しました。再発の状況はとても悪く、ステージ4でした。血球貪食症候群とは、リンパ腫により血球が癌化してしまうので、それを守ろうとする白血球が全ての血球を食べようとし、血が止まらなくなったり、酸素を運べなくなったりする状態です。1週間ほどクリーンルームの中で過ごし、抗がん剤で持ち直す事が出来て、2回目の寛解となりました。

私のリンパ腫は遺伝的要素が強く、骨髄を生かしておくで癌化した血球細胞を作ってしまうので、別の骨髄に入れ替える、造血幹細胞移植をしなければなりません。造血幹細胞移植には自家移植と同種移植の2つがあります。自家は自分の幹細胞を取り出して入れるので、比較的安全です。私の場合は自分の細胞を使えないので、白血球が同じ型の骨髄を入れる同種になります。長期生存率3割程度だとも言われましたが、もちろんする事に決めました。しかも同種の場合移植して30分以内に亡くなる方が3割くらいいるそうです。私の姉から採取した造血幹細胞を移植をしている間、非常に免疫力が下がるので、個室のクリーンルームで1週間過ごしました。現在は慢性GVHDを発症していて、免疫抑制剤の薬を飲んでいる状態です。したがって感染症にかかると重症化してしまいます。

死を身近に感じると、様々な事を考えます。死があるからこそ生が楽しく感じられるのを、皆様にも忘れないで欲しいと思います。いつまでに死ぬと分かれば、それに伴った行動が出来ますが、期限が決まっていなくてかなり無駄な事をしてしまいます。私も物欲や過去の鬱憤などがありますが、死後の世界にはそれらを持っていけないので、本当に必要なものが何かを改めて考えさせられます。死ぬ事は怖くはありません。死ぬまでの過程での痛みや不自由、周りの方への気持ちの喪失が怖いのです。自分がいなくなる事により、残された家族や仲間迷惑をかけるのがつらいのです。死を突き詰めると、周りの方への感謝や、良い影響を残そうと思う気持ちが重要なのではないのでしょうか。余談ですが、私の飼犬のトムの話。犬は毎回会うととても喜んでくれます。会う事が当たり前ではないのでしょうか。私が例会に来て、お会いした皆様に毎回感謝しているのと同じです。

働き盛り世代で移植をして社会に戻ってくるとかなり大変です。私の外見は普通ですが、働く時間を5時間に制限されたり、薬も定期的に飲まなければなりません。これらは周りの方には見えないので、例えば企業の管理職の方などは一生懸命さが伝わらない事が多いです。これにより人との関わりを避けてしまい、偏見を持たれてしまう事もあると思います。移植した方だけではなく年齢や身体的な弱さ、ストレスで、自分を守ろうとして相手に攻撃的な態度をとってしまったり、うつ状態になり自分から孤独になってしまう方もいます。

ではどう生きるか、の考えはシンプルです。衰えは認めて、新しい役割を探していく事です。私の場合は自分の事は諦めて、息子がラグビー選手として大成する事や、妻が仕事で活躍できる事のサポーターになりたいと考えました。経験則で意見を言うのが今迄の自分でしたが、目的の達成にフォーカスし、手段は一緒に決めていこうと変化しました。

また、私は本をよく読むようになりました。ネットやYouTube等のメディアでは同じ考えを持った方の意見が多く、視野が広がりにません。したがって今は客観的に考えられる本を重視しています。

老いと病は似ていて、双方とも厄介です。人間はいつか死にます。死の恐怖を知っている自分だからこそ、周囲の方への感謝を率先して示し、いなくなった時の周りの影響を考えて、自分が出る行動をしましょう。

最後に55歳以下の方、骨髄バンクに登録を宜しくお願い致します。



### ■ロータリー財団個人寄付

福田会長	(4)
斎藤幹事	(3)
天野会員	(1)
古志会員	(1)
佐野正子会員	(1)
周藤会員	(1)
高橋会員	(1)
隣垣内会員	(1)
吉野会員	(1)

### ■米山奨学会個人寄付

福田会長	(4)
斎藤幹事	(3)
天野会員	(1)
古志会員	(1)
佐野正子会員	(1)
周藤会員	(1)
高橋会員	(1)
隣垣内会員	(1)
吉野会員	(1)