



“がん”にまつわるお話し

山口先生より、一般的ながんの情報や当クリニックの取り組みなどを解説します。

院長／山口 龍生



今回は 最新のがん検診 ～唾液で5つのがんの検査～ その4

唾液中に含まれる成分から、がんのリスクを調べる

「唾液がんリスク検査(サリバチェック[®])」についてご紹介します。

がん細胞が生成する代謝物質の一種、

ポリアミンは血液を通じ唾液中にしみ出てきます。

この濃度を解析することで、

5種類のがん=肺がん、乳がん、膵臓がん、大腸がん、

口腔がんの疑いがあるかどうかを調べることができます。

サリバチェックの検査の流れ

① 検査の2日前は、豆腐や納豆などの豆製品やしじみ、ナツツ類などを食べない



③ 検査の1時間前は激しい運動や喫煙、歯磨きなどをしない



② 検査前日21時以降は水以外口にせず、当日は飲食をしない



④ 検査30分前にコップ半分程度の水を飲む。安静時の自然に出る唾液をとる



がんの確定診断はできないため、他のがん検査と併せて受けることで、がんの検出率が高まると期待されています。医療機関により異なりますが、価格は3万円前後です。



医療法人 西隆会
厚生仙台クリニック
KOUSEI SENDAI CLINIC

お客様専用フリーダイヤル

0120-501-799
FreeDial

〒981-0933 宮城県仙台市青葉区柏木1丁目5-45

TEL.022-727-7667(代) FAX.022-727-7668

<http://kousei-sendai.jp>

電話受付:平日(月曜日~土曜日)9時~17時

休診日:日曜日・祝日

ご不明点やご質問等ありましたら、お電話にてお問い合わせください。
また、ホームページにも掲載しておりますので、あわせてご覧ください。

NEWSLETTER
KOUSEI 49

KOUSEI

NEWSLETTER こうせいだより

49

2020.4.1

CONTENTS

- 02 特集 勝山酒造 伊澤平蔵さんインタビュー
- 05 健康運動指導士監修 動き始める前に、簡単ストレッチ
- 06 Q&Aコーナー 知っておきたい医療の知識
- 07 厚生仙台クリニックの結果報告書を解説します

医療法人 西隆会
厚生仙台クリニック



食事と共に楽しめる日本酒を、仙台から海外へ。 健康であればこそ、仕事にも力が入ります。

仙台市の北西部、船形連峰の一支脈をなす泉ヶ岳の麓に、仙台伊澤家 勝山酒造はあります。

藩政時代に仙台藩の御酒御用蔵を務めた由緒ある蔵を、

2005年に仕込み水の水源地であるこの場所に移転、暖簾を守り続けています。

宮城県内に現存する唯一の伊達家御用蔵に12代目蔵元 伊澤平蔵さんを訪ね、

酒造りにかける思いや今後の展望、また経営者としての心構えに至るまで、さまざまなお話を伺いました。



◆ 2大コンペティションを制覇 ◆

仙台を代表する銘酒醸造元である勝山酒造にとって、2019年は特別な年になりました。それは、世界が認める2大コンペティションで最高賞を獲得するという栄誉を手にしたからです。一つは、イギリス開催の「インターナショナル・ワイン・チャレンジ」(以下、IWC)で「勝山 純米吟醸 獻」が「チャンピオン・サケ」に選ばれました。そしてもう一つ、審査員が全てフランス人という、他のコンテストとはひと味違う「Kura Master」において、「勝山 純米大吟醸 伝」が

「プレジデント賞」を受賞しました。

「以前から、海外展開に力を入れてまいりました。その成果が今回の受賞に繋がったのだと思います。このことが日本酒の美味しさを世界の人々に知っていただけ、大きなきっかけになると期待しています」と伊澤さんは笑顔を見せます。

他の酒蔵に先鞭をつけ、早くから世界を視野に入ってきた勝山酒造。杜氏を中心とする従業員の皆さんと“ワンチーム”で目指すのは、食事と一緒に楽しめて、どんなお料理にも合う食中酒を造ることです。

「食中酒と名付け、そう呼び始めたのは、恐らく私たちが

仙台伊澤家 勝山酒造株式会社
代表取締役 社長

12代目蔵元 伊澤 平蔵 氏

〈プロフィール〉

1960年5月7日生まれ。仙台市出身。東北学院高等学校を卒業後、東北学院大学経済学部に進学。大学卒業後、米国カリフォルニア州サンディエゴにあるUnited

States International Universityの大学院に進学。修了後、帰国し、家業に入る。奥さまとは、この留学時代に知り合い、結婚。現在に至る。



最初ではないかと思います。それだけ思い入れがあり、お酒の味わいを決める際にも、『料理と一緒に楽しめる』という点に照準を合わせてきました。いま、和食はカロリーが低く、健康的であるということでも、海外からも注目を集めています。今回の受賞によって、和食を楽しむときだけに飲むエキゾチックなお酒だった日本酒が、彼らの生活の中に入していくようになったら嬉しいですね。このような観点からも、今回の受賞は大きな意義があると思います」。



実は伊澤さんご自身、ご自分で包丁を握り、料理をすることがお好きなのだと思います。

「下手の横好きですが(笑)。それでも、さまざまな食材や料理と、日本酒の美味しい組み合わせを考えるのは楽しいものです。日本酒をうまく料理と合わせることができれば、食の楽しみの幅はもっと広がるはずです」と伊澤さんは話します。

◆ 透明で旨味のある酒を ◆

伊澤家は「食」への造詣が深く、杜の都の迎賓館と謳われる「仙台勝山館」をお父さんが建て、宮城調理製菓専門学校をお祖父さんが創設したことでも知られています。幼い頃から、さまざまなジャンルの「食」のプロフェッショナルに囲まれて育った伊澤さん。「食」に対する興味は、この恵まれた環境の中で磨かれました。

「このことは、私たちの強みであると自負しています。今回IWCで、『チャンピオン・サケ』に選ばれた『献』は、私の父が大吟醸は料理と合わせづらいといわれていた時代から、料理と一緒に楽しめる大吟醸を造ろうと、実験的に造り始め

たお酒です。それが、やっと世界に認められるものになりました。ここまでくるのに30年から40年、かったのではありませんか。

12代目として伝統を受け継ぎながらも、常に新たな挑戦を続け、現在の境地に辿り着いた勝山の酒。味の特徴を伊澤さんに伺いました。

「透明感と旨味があるお酒です。美味しい日本酒を造るには、引き算が大切です。私たちは日々、余計なものをそぎ落として、きれいな味わいのあるお酒を造ってきました。実は、ふくよかな旨味に満ちた酒と、きれいな酒というものは、相容れないものなのですが、それを両立させようというのが、私たちの酒造りなのです」。

困難な課題に果敢に挑戦する姿勢は、勝山酒造の伝統でもあります。昭和56年、焼酎やビールの需要が伸びる中にあって、もう一度、舌の肥えた日本酒好きのお客さまを呼び戻そうと、勝山酒造は普通酒造りを一切止めます。そして「特定名称酒」と呼ばれる高級酒だけを醸造する蔵に生まれ変わりました。



「志の高い酒造りの理想を追求することで更に美味しいお酒を造れるとの考え方から、平成17年には純米系に特化した蔵を建設するために泉ヶ岳の麓に移転しより高品質な酒造りを進めました。丁寧で精緻な製造にこだわり、まず造り手自身が納得する酒造りを目指したのです。この少量生産で高スペックのお酒は国内外で数多くの受賞を得るとともに、海外市場における成長の源となりました」。



◆ 健診を受けることで前向きに ◆

酒造りについて熱く語ってくださる伊澤さんに、元気の源について伺いました。

「人間は、健康でないとやる気も何も起きません。健康は何にも勝るものだと思っています。日頃から、多少は運動をしてみたり、水泳をしてみたりと身体を動かすようにしています。そういう意味で、健康診断は安心材料の一つとして受けるようにしています」と伊澤さん。お仕事の節目に際し、「もしも、悪いところがあれば早期に見つけて治療しよう」という気持ちで、PETがん検診を受けたこともあるそうです。想像していた以上に苦痛もなく、スムーズに終了したという印象だったと話します。

「PETがん検診は、1日で、しかも1カ所で全身の検査ができるので、身体も、そして心理的にも楽に受けることができました。一生懸命、人生を生きたいと思うなら、定期的な身体のメンテナンスはやはり必要不可欠ですね。とは申しましても、診療科ごとにがん検診を受けることを考えたら、これは気が遠くなる話ですし、特に忙しい経営者にはそんな時間をとること自体、現実的ではありません。そういう意味でも、



PETがん検診はいまの時代の身体のケアの仕方であると言えるのではないかでしょうか。早めに発見して、早めに治すために、健康診断を受けることは非常に大事だと思います。仕事をしながら病院通いをするのは大変ですから、特にプレイングマネージャーとして忙しく働く経営者には、お勧めの健康管理法といえるのではないかでしょうか」。



そう話す伊澤さんが、こんな話をしてくださいました。

「私たちがお酒作りに使用している手動の機械も、正常の状態をきちんと把握するようしているんです。少しでも音や振動に違和感を感じたら、すぐに止めて点検するんですよ。大きな損傷になる前の早期点検・早期修理が肝心なんです。健康診断と同じですね」。

このように健康にも配慮しながら、日々、国内外を忙しく飛び回る伊澤さんに、今後の抱負を伺いました。

「輸出強化・促進を図るために、宮城の純米酒を他の産地のものと区別する『産地呼称制度』を実現したいと考えています。前向きに仕事に取り組むためにも、健康診断を受けることで『自分の身体は大丈夫なのだろうか』というマイナスの感情にやる気を削がれることなく、『大丈夫』というお墨付きをいただいて、仕事に打ち込めるようにしておきたいです」と伊澤さん。今年、還暦を迎えてなお、品質の高い宮城の純米酒を世界の人たちに届けようと、意欲に満ちた日々を送っています。

〈会社概要〉

会社名／仙台伊澤家 勝山酒造株式会社
所在地／宮城県仙台市泉区福岡字二又25番地1号
代表者／代表取締役 社長 伊澤 平藏
創業／元禄年間
設立／平成22年7月(2010年)
事業内容／日本酒、リキュールの販売、食品販売、グッズの販売。
※こちらの蔵における販売および見学は、実施していません。

厚生仙台クリニックは、「健康友の会」会員様の健康維持、健康増進のサポートをし、また、ご家族様にも健康意識を高めていただくための健康管理の情報を提供することで、皆様の健康寿命(寝たきりや認知症にならず元気で活動的に生活できる期間)に貢献することを目的としています。

《会員の特典》

- ① 定期的な検診のご案内
- ② PET検診料金の割引(他の割引と併用できない場合があります)
会員価格 5,500円引き
3回目以降のPET検診 11,000円引き
- ③ 健康に関する有用な情報の提供
健康管理に役立つ会報誌「こうせいだより」を適宜提供致します。

《入会方法》

当クリニックで検診をご受診された方は自動的にご入会となります。

- 一度でもご受診された方は会員となります。
- 会員様よりご紹介された方も会員価格でご受診いただけます。

* 健康運動指導士監修 *

動き始める前に、簡単ストレッチ

運動を習慣的に行うと、心血管系や呼吸器系の機能を高めることができます。

また、立ったり歩いたり、姿勢を維持したりという日常動作の基盤となる筋肉を落とさないためにも、運動は欠かせないものです。

ひざ
～膝裏伸ばし～

運動不足が続くと、膝周りの血行が悪くなり、筋肉が硬くなる傾向があります。

特に膝裏の筋肉は、様々な動きをするために必要な筋肉です。
硬くなった膝裏を気持ちよく伸ばして、安全に運動しましょう!!



- ① 椅子の前方に座り、片方の足を伸ばしましょう。
- ② つま先を、自分のほうに向けます。
- ③ 膝を伸ばします。※膝を伸ばすことが大切です。
- ④ 背筋を伸ばし、上半身をゆっくり前に倒します。
- ⑤ ゆっくり20秒数えましょう。

反対側も
同様に行いましょう。

Q&Aコーナー

検診当日や結果報告書へ
同封のアンケートにお寄せいただいた
ご意見、ご質問にお答えしていきます。



Q1 PET検査の注射を打った後の安静時間が退屈です。

A1 これまで当クリニックでは、50分の安静時間を何もしない状態で休んでいただいておりました。身体を動かすと、動かした筋肉に薬が集まるなど、画像に影響が出るためです。しかし、PET/CT装置の更新後、以前よりも良好な画像が得られるようになり、改めて画像データを蓄積し検討を重ねた結果、多少の動きによる影響があっても、問題なく診断できるという結論に至りました。

今後は、安静時間に本や雑誌を読むこと、スマートフォンを閲覧操作(通話はお控えください)しながらお過ごしいただくことができます。

ただし、脳PET検査(早期認知症検査)は脳活動への影響を避けるため、これまで通り何もせずに休んでいただきますので、予めご了承ください。



知っておきたい医療の知識

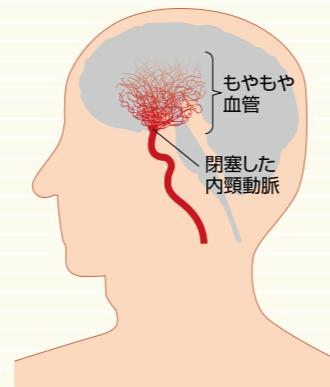
もやもや病

脳内の内頸動脈の先端部分などが細くなることで脳が血流不足となり、それを補うために細い血管が育ち、画像上「もやもや」と見えることが病名の由来です。東北大学脳神経外科の鈴木二郎教授により命名され、国際的にも Moyamoya disease と呼ばれています。

原因は不明ですが、10~12%程度の確率で家族内発症がみられることから、遺伝的な原因が考えられています。日本では16,000人ほどが診断されており、「難病指定」の疾患です。

手足のマヒやしびれ、言葉が出てこないなど一時的な症状を繰り返し起こすことがあります。

症状がない場合もあり、放置すると脳梗塞や脳出血を起こすリスクが高くなるため、脳ドックでの早期発見、早期治療が重要です。



厚生仙台クリニックの 結果報告書を解説します

本シリーズでは、当クリニックの結果報告書を元に、検査の解説をより詳しくご紹介いたします。

テーマ 尿 酸



尿 酸

- 基準値2.1~7.0mg/dl
- プリン体が体内で代謝された最終産物
- 尿として排泄される

高尿酸血症とは

- 血液中の尿酸値が7.0mg/dl以上をいう
- 男性に圧倒的に多い病気
- 女性は男性に比べれば少ないが、閉経後にやや増加する
(女性ホルモンにより尿酸値がコントロールされているが、閉経後は女性ホルモンの分泌が低下するため)

尿酸値が高い状態が続くと、体内で結晶化した尿酸が関節や腎臓などに溜まり、以下のようない病気を発症します。



近年の研究により、高尿酸患者の約80%に高血圧、肥満などの生活習慣病が合併し、脳卒中、心不全などの臓器障害とも密接に関連することがわかってきてています。

～高尿酸血症の予防～

プリン体の摂取制限

モツ・白子・うに・レバーなどの食品には、尿酸の材料であるプリン体が多く含まれます

アルコールの量・回数を減らす

アルコールは体内での尿酸産生を増加させます

十分な水分をとる

飲水量を多くして尿量を増やすことで、尿酸の排泄を助けます