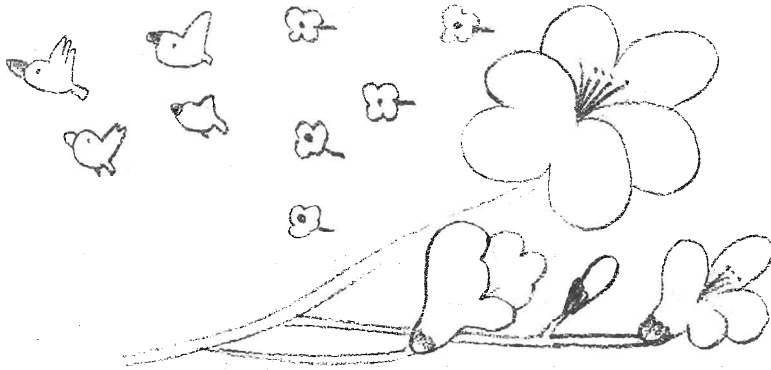


# 井戸端だより

第 23号

発行日 1998.10.6

発行 ぐらしの学習会



こおろぎの涼やかな声に、しっとりとした秋を感じます。  
お待たせしました。井戸端だより23号をお届けします。

日本の政治混乱が続くなか、長銀問題や防衛庁の水増し事件など、我々庶民には、疑問符の続く毎日です。

他人を思いやる気持ち欠乏症の極端な人達を取り上げた新聞記事を読み慣らされた私達は、7月例会の骨髓バンクドナーコーディネーターの村松つねさんのお話しに、「世の中すてたもんじゃない」という思いが胸に広がりました。

8月はお休みとしました。  
9月例会は、学習会新メンバーの齊藤智子さんに北海道のエコネットワークの活動を紹介してもらいました。その後、そこで企画されている自然体験ゲームをやってみました。

# あなたを待っている人がいます 骨髄バンクに登録を

いのちを救えるのはあなたかもしれません。

「骨髄液の提供（骨髄移植）」というあなたの善意が、白血病や重症再生不良性貧血などの血液難病患者さんの命を救います。

骨髄移植を成功させるためには患者さんと骨髄提供者（ドナー）の白血球の型（HLA型）を一致させる必要があります。この一致する確率は兄弟姉妹間で4人に1人、それ以外では数百人から数万人に1人とまれなため、まだ多くの患者さんが骨髄移植を受けられないでいます。

このため、全国で当面10万人を目標に、広く一般の方々に骨髄バンクへの骨髄提供希望者登録を呼びかけています。

愛媛県では「骨髄バンク登録窓口」を次のとおり開設していますので、20歳から50歳までの健康な方の登録をお願いします。

ドナー登録は、腕からの採血検査です

HLA型データの照合検索



ドナー登録者のHLA型はコンピューターに登録し、定期的に患者さんと照合検索します。（提携を結んだ各国骨髄バンクから依頼された患者さんとも照合します）

施設名	開設日	問合せ先	電話番号
西条中央保健所	月曜日	西条市喜多川796-1 (保健企画課医療係)	0897-56-1300
今治中央保健所	月曜日	今治市旭町1-4-9 (健康増進課感染症対策係)	0898-23-2500
八幡浜中央 保健所	火曜日	八幡浜市北浜1-3-37 (保健企画課医療係)	0894-22-4111
宇和島中央 保健所	火曜日	宇和島市天神町7-1 (保健企画課医療係)	0895-22-5211
愛媛県骨髄 データセンター	月曜日 水曜日	松山市高岡町80-1 愛媛県赤十字血液センター内	089-973-0700

※事前に予約をお願いします。

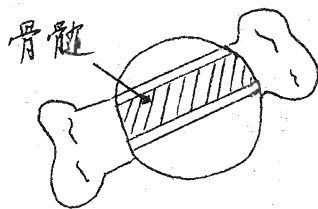
パンフレット請求先：愛媛県保健福祉部薬務衛生課

☎ 089-941-2111 (内線3130, 3128)

## ● 骨髓とは

骨髓は、腰や胸の骨の内部にあるゼリー状の組織で、血液を造っています。

そこは骨髓液で満たされており、この液体中には赤血球、白血球、血小板といった血液成分のもとになる骨髓幹細胞が含まれています。



## ● 骨髓移植とは

患者さんの病気におかされた骨髓幹細胞を、ドナーの方の健康な骨髓幹細胞と入れ替える（実際は骨髓液を点滴静注する）ことにより、正常な造血機能を回復することができます。

これが骨髓移植です。

つまり、骨の移植ではなく骨髓幹細胞の移植のことです。

太い神経が走行している脊髄とは関係ありません。

# 骨髓バンク ドナーとしての村松さんのお話を伺って

1998. 7. 13 青藤 碧子

今回おは、たまたま縁があって、村松さんのお話を伺うことができた。人の縁とは本当にすばらしいもので、ある人との出会いによって、これまでの考え方が変わることもある。私にとって、村松さんとの出会いはそういうものだった。

私は、かなり前から、骨髓バンクがあることを知っていた。けれども、自分には関係のない、遠い存在であると思ってきた。新聞やテレビで報道されても、「痛そうだから、嫌だな」と思う程度で、それ以上知りたがってはいなかった。

ところが、村松さんとの出会いで、骨髓バンク、骨髓移植について具体的なことを知ってしまった。そこで、自分はどうするのかと真剣に考えさせられることになった。

森や川で遊ぶことが好きな私は、時々、動物や植物の世界の厳しさに出くわすことがある。

自然界の生き物は、人間のように自然を完全につくりかえて暮らしているわけじゃないから、自分の力、能力がそのまま生死に関わることになる。力があれば生き残り、子孫を残せるのだが、力がなければ死んでしまう。そういう世界を見ていると、「私は何と甘やかされているのか」と思わずにはいられない。

だから、骨髓移植や臓器移植などについて、どうしても二の足を踏むところがあつた。

ところが、村松さんのお話を伺って、人間の善意で成り立っている世界も美しいものなのだとことに気がついた。

自然界の厳しさを本物だけれど、人間の善意も本物なのだと、とてもうれしくなつた。村松さんがコーディネーターするドナーの方々は、骨盤から骨髓をとる手術を受けるために、数日間の入院をする。その手術は、健康な人が、全く知らない人のために受けるものだから、しかも、その手術には危険が全くないというわけではなく、過去には、極めておそろしい事故は起きている。

それでも手術を受ける人がある。

これは、よほど強い意志を持っていなければ できないことだと思っ  
感動して心が温まる反面、今の世の中に そんな人がいたのか  
という驚きも私の中にうまれた。

お話の後半に、村松さんは、この仕事を通して、家族のド  
ラマに出会うとおっしゃっていた。骨髄移植の手術は、ドナ  
ーの意志だけでなく、家族の同意もないと受けられないこと  
になっている。だから、手術を受けらる際には 家族間の話し合  
いが不可欠となる。おそらく、ドナー本人は、自分が手術を受け  
る方が、よかったら家族は どうするのだろうか と心配しつつ、でも  
自分の気持ちを理解してほしいと考えるのだろう。

一方で家族は、危険が伴うために心配だという気持ちを抑えて、  
ドナーが選んだ道を尊重しようと決心する。おそらくそこにドラマが  
うまれ、家族間の信頼関係がより強くなるのではないだろうか。  
最後に私が、「自然界の覆いには触れてると、どうしてもドナーに  
なることを躊躇してしまう。」という話を話したら、村松さんは、  
ドナーになる人がいい人で、ならない人が悪い人というわけでは  
ないという意味のことをおっしゃっていた。

ドナーにならないということも、その人の考えだから尊重するとい  
う事もおっしゃった。その言葉からも、村松さんは客観的かつ冷静  
に現実を見て、その上で仕事をされているのだということが感じら  
れ、その姿勢に感動した。

ドナーコーディネーターという立場は、仕事未満、ボランティア以上  
というものだという。けれども村松さんは、責任感をもって、真剣  
に取り組んでいらっしゃる。私がドナー登録をするか否かは、まだ  
わからないけれど、もし仮に登録したとしても、村松さんのような方が  
コーディネーターとして関わってくれるなら安心だと思う。

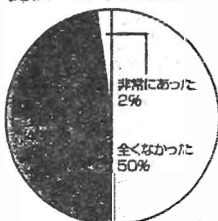
村松さんには、その姿勢を愛することなく、今後も活動が続け  
てほしい。

## ●ドナー体験者のアンケート

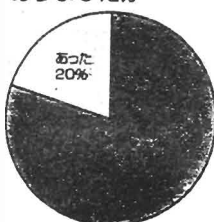
骨髄を提供された方々が、その後どのように過ごされている  
か、どのような感想をお持ちかを調査しました。

(日本骨髄バンク1997年1月ドナー体験者784名からのアンケート結果)

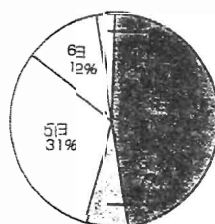
提供への不安はありましたか



提供後の健康の不安は  
ありましたか



入院日数は  
('97年5月までの1,138例)



# 骨髄バンクQ&A

## Q1 どのくらいの骨髄液を採るのですか？

**A** 患者さんの体重によって異なり、小児なら300mlですむこともあれば、大人の患者さんの場合は1,000mlを超えることもあります。骨髄採取量は、ドナーの体重ごとに基準が設けられており、全身の骨髄幹細胞の5%以下となっています。

なお、骨髄幹細胞は自己複製能力をもっており、通常、骨髄は採取後1か月ほどで元の状態に戻ります。その間でも日常生活に支障がありません。

## ドナー登録



## Q2 骨髄提供に危険性はありますか？

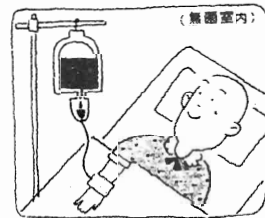
**A** 骨髄採取で健康が害されないとは言いきれませんが、通常はすみやかに回復しています。骨髄移植のための骨髄採取は、1950年から1996年までに、全世界で6万件以上（国際骨髄移植登録調べ）行われています。その中で、骨髄採取に伴い、イタリアと日本で1件ずつ死亡事例が報告されています。

骨髄採取は麻酔下で行われますので、通常の手術と同様に麻酔に伴い、非常に低い確率とはいえ致命的な事故が起きることがあります。最近では、麻酔の管理にモニター機器が導入され安全性は大幅に改善されています。

## Q3 ドナー登録後、提供を断ることができますか？

**A** ドナー登録や骨髄提供は、あくまでも善意の自由意思によるものです。登録後も各段階ごとに提供意思の確認があり、その間ならばいつでも提供を拒否することができます。

但し、ドナーになることの最終同意書に署名されると、その後患者さんは移植に備えて化学療法や放射線療法により、骨髄を空にします。この時期に提供を拒否されると、患者さんは血液を造り出すことができないため致命的になります。最終同意後の提供拒否はできません。



## 骨髄移植が対象となる病気

**白血病**—血液を造る細胞の異常で、ガン化した血液細胞のみ増え、正常な血液が造れなくなる病気。

**再生不良性貧血**—血液を造る骨髄幹細胞の機能が低下し、血液成分が極端に少なくなるため、出血・感染・貧血等が問題となる病気。

**先天性免疫不全症**—身体を守る免疫機能が、生れつき低下しているため感染症にかかりやすくなる病気。

## ■疾患別の血縁者間における治療成績(5年間非再発の生存率)

重症再生不良性貧血	70~90%	慢性白血病	40~80%
急性白血病	30~70%	先天性免疫不全症など	50~80%

\*年齢・病気の状態により成績は異なります。

**Q4** ドナーは患者さんを選べますか？

**A** 骨髄バンク事業は、全て公平に行いますので患者さんを選ぶことはできません。

**Q5** ドナーは患者さんと面会できますか？

**A** 骨髄バンク事業の公正な運営と、相互のプライバシー保護のため認めていません。但し、財団を通して個人が特定されない手紙の交換は可能です。

**Q6** 骨髄提供で、ドナーの経済的な負担はありますか？

**A** 骨髄提供のための検査費用・入院などの医療費は一切かかりません。但し、ドナー登録手続きの際の交通費は、ドナー登録希望者の皆様にご負担いただいております。

**Q7** 登録や提供時の休業補償はありますか？

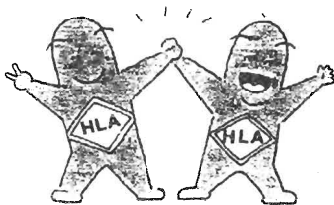
**A** あくまでも善意に基づく骨髄提供ですので、登録手続きや骨髄提供で仕事を休まれても、休業補償はありません。なお、公務員や一部企業で「骨髄ドナー休暇制度」が導入されているところもあります。

**Q8** もし事故が起きた時、何か補償はありますか？

**A** 骨髄提供で、万が一の事故が起きた場合、最高1億円の補償制度があります。死亡時には一律1億円、後遺症の場合は、程度により300万円～1億円の補償です。

**Q9** 登録後に、骨髄提供を断られることがありますか？

**A** ドナー登録時点で健康であっても、コーディネーターや最終同意などで、ドナーの健康状況が確認されます。その段階で健康状態が適当でないことがわかると、骨髄提供をご遠慮いただくことになります。



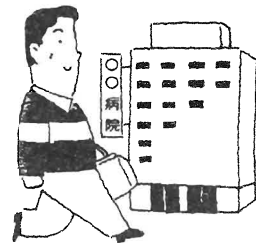
●骨髄液採取は腰の骨から



事前の健康診断



骨髄提供では4～5日の入院



●移植成功のキーポイント

HLA型の一致しない骨髄移植は、拒絶反応などの副作用により成功は得られません。骨髄移植ではHLA型の座のうち、A座・B座・DR座の3座（1座につき2個、合計6個）の適合が必要です。

# 環境ホルモン

## 人形、ホースなど17種類分析

(国立環境研究所グループ発表)

内分泌かく乱物質(環境ホルモン)とされるビスフェノールAが、塩化ビニール製の人形や乳児用の歯固め、ホースなどから溶け出してくることが、国立環境研究所地域環境研究グループの山本貴士研究員らの分析で分かった。ビスフェノールAは、これを原料にして作るポリカーボネート製の食器などから溶け出すことが分かっているが、塩ビ製品からの溶出を確認した例はほとんどなかった。

山本研究員らは、塩ビ製の人形やホース、両具エポキシ樹脂製のプリント基板など17種類のプラスチック製品の断片を14日間、水に浸して、溶け出してくるビスフェノールAの濃度を分析した。すべての製品からビスフェノールAが検出され、水1グラム当たりの溶出量は最高が塩ビ製人形の38.1マイクログラム(1マイクログラムは百万分の1グラム)で塩ビ製コードの20.9マイクログラムがこれに次いだ。このほか、乳児がかんだり、しゃぶったりして歯ぐきを固める塩ビ製の歯固めや、ホースからの溶出量が比較的多かった。

H.10.9.10  
環境新聞より

オーブン料理等に使うシリコン加工したクッキングペーパーのうち呉羽化学工業の製品に内分泌かく乱化学物質(環境ホルモン)とされるトリブチルスズ(TBT)や生物の免疫機能を低下させるジブチルスズ(DBT)等が含まれ、これを使って焼いたケーキに有機スズが移る事が愛媛大農学部と医学部の調査で22日明らかになった。メーカーは自主回収中。

H.10.8.23  
環境新聞より



## 新しいメンバー 斉藤さんの話より

9月14日(月)の定例会では、7月に学習会のメンバーになった 斉藤 智子さんに

『自然を体験する』と題して話を  
していただきました。

彼女は 北海道大学で「樹木解剖学」を  
専攻。 なにやら難しそうな学問。  
その一方で 北海道の自然との出会いもはじ  
まりました。

「その動機は、自然観察ではなく、自然体験を  
したい。 覚えることや考えることも大切だけど  
まずは 感じることから。」

そのような思いで 北海道の自然と向き合い、仲良  
くなっていたとのこと。 そして出会ったエコ  
ネットワーク。 なんとそこで働くまでになったの  
です。 エコネットワークとは 北海道で活動する  
自然おもしろ団体です。 なんとも おもしろいところ  
ですね。 そこでは、道内の 30余りの団体の  
イベントの案内。(北海道ウチキングガイドー自然  
に関する行事等の情報を広く提供するため、毎月  
10,000部を無料配布している。)

又、自然に興味のなかった人も 身近な自然を  
体験してほしいと、さまざまな働きかけをしているよう  
です。 いつもキーワードは

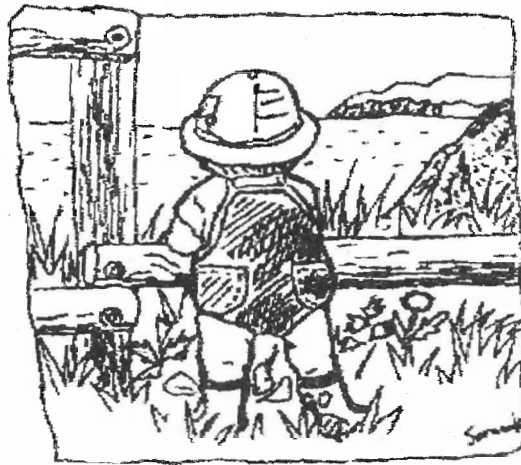
「身近な自然を大切に。」  
自然を生かした 地域づくりのお手伝いもしている  
というのです。

町おし、村おしがうまくいっているのは、住民が行政の人たちが、生き生き活動しているところだと、話していました。人が育てられ、育っていくことの重要性を感じました。

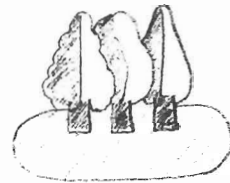
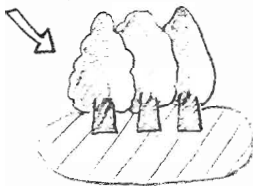
尚、この後は、自然の物を使ってゲームも紹介してくれました。が、しかし、五感を使って、自分で体験してみないと少しもおもしろくないので、それから、今後、北海道に行く予定の人は、彼女から各地の情報を仕入れて行くことをお勧めします。

(H.M.)

—— 自然ウォッチングセンター ——



道内には  
このマークの  
森林公園  
が沢山あり  
ます。



2年間の海外生活から重信に帰ってきたとき、一番感じたことは、「山が近い」ということでした。

身近に緑のあることがあたりまえで、暮らしやすさのために、とりかえしのつかない開発を続けてきたように思います。

最近では、自然に関心のある人々の努力もありますが、今回の会に参加させていただいて、開発や村おこしに、計画から自然保護との調和を提言していける人に参画していただけるシステムがあるといいなと思いました。

また、身近なところから、ハイキングなど楽しんでいこうと思っています。

(白石 真理)

### 最新医学の知恵より

- ◎ 冷え症には、熱い風呂よりも、塩を入れた風呂がいい。普通の大きさの浴槽なら、ひとぎりくらいの粗塩で温泉治療と同効果を得ることができる。
- ◎ 足がむくんで疲れた時は、休むよりも歩いた方がいい。歩くことで筋肉中の毛細血管の血行がよくなり水分をうまくむくみをとれる。
- ◎ 頭痛・神経痛の痛みは脳の状態で感じ方が異なるが、脳の状態を癒えるものに音楽がある。調査では、アメリカ人には「月光の曲」、日本人には「津軽海峡冬景色」が有効な大石だ。

くらしの学習会では 随時、会員を  
募集しています。

活動会員 年会費 2000円

購読会員 " 1000円

振込口座番号 (郵便局)

くらしの学習会 01610-5-21026

問い合わせ先 電話, FAX  
089-964-6956 (林)

### 編集後記

7-70を使った方が読みやすいのですが、  
日頃使っていないので、キーを押すのが遅く、  
発行がおぼつかないのでは手書きの23号と  
なりました。

10月例会は10月3日に酒粕村で「みづろ  
作り」をしたのですが、みなさんに会報で  
お知らせできなくて申し訳なく思っています。

