山形大学医学部東日本重粒子センター施設見学会 特別企画

～ 先端医療にふれて、健康と幸せを考える ～

東日本重粒子センター

×

Well-Being 研究所

共同講演会ガイド

日時 2026 年 11 月 7 日(土)13 時 30 分～
場所 山形大学医学部 50 周年記念講堂

【主 催】山形大学医学部
【後 援】山形県、山形市

本施設見学会(講演会を含む)は、山形市健康ポイント事業 SUKSK(スクスク)対象事業です。

東日本重粒子センター × Well-Being 研究所

ごあいさつ

本日は、山形大学医学部東日本重粒子センター施設見学会 特別企画「東日本重粒子センター × Well-Being 研究所 共同講演会」にご参加いただき、誠にありがとうございます。

本講演会は、先端医療と健康長寿研究の最前線にふれ、よりよく生きることを考える機会として開催します。山形大学医学部では、地域に根ざした医学・医療の発展を目指すとともに、県民の皆様の健康と幸福に寄与する取り組みを進めてまいりました。

本日は、第 1 部で山形コホート研究 20 年の成果を通して健康長寿のヒントを学び、第 2 部では東日本重粒子センターにおける最先端治療の歩みと今後の展望をご紹介いたします。これら二つの講演が、皆様お一人おひとりにとって、ご自身やご家族の健康、そしてこれからの生き方について考える一助となれば幸いです。

本講演会が実り多いひとときとなりますことを願い、開会にあたってのごあいさつといたします。

山形大学医学部長　永瀬 智

プログラム

司会　山形大学医学部 研究支援室長 國分 裕基

13:30 開会

【第1部】
13:30～14:10
「健康長寿のヒント ― 山形コホート研究 20 年の成果」
山形大学 Well-Being 研究所副所長
山形大学医学部 公衆衛生学・衛生学講座 教授　今田 恒夫

14:10～14:15 質疑応答

14:15～14:30 ～ 休憩(15 分) ～ 

【第2部】
14:30～15:10
「命に寄り添う最先端治療：東日本重粒子センターのこれまでとこれから」
山形大学医学部 東日本重粒子センター長
山形大学医学部 放射線医学講座(放射線腫瘍学分野) 教授　小藤 昌志

15:10～15:15 質疑応答

15:15 閉会

第１部

「健康長寿のヒント
― 山形コホート研究 20 年の成果」



講師

こんた　つねお
今田 恒夫

山形大学 Well-Being 研究所 副所長
山形大学医学部 公衆衛生学･衛生学講座 教授

専門

公衆衛生　疫学　腎臓病　生活習慣病

略歴

平成　２年　（１９９０）	山形大学医学部医学科卒業
平成　２年　（１９９０）	山形市立病院済生館・研修医　（内科）
平成　４年　（１９９２）	山形大学医学部附属病院・医員　（第一内科）
平成　８年　（１９９６）	山形県立日本海病院　（内科）
平成１１年　（１９９９）	英国ロンドン大学研究員　（腎臓内科学）
平成１３年　（２００１）	山形大学医学部附属病院・助手　（第一内科）
平成１７年　（２００５）	山形大学医学部附属病院・講師　（第一内科）
平成２０年　（２００８）	山形大学内科学第一（循環・呼吸・腎臓内科学）講座・准教授
平成２９年　（２０１７）	山形大学大学院医学系研究科公衆衛生学・衛生学講座・教授
	現在に至る

山形コミュニティ新聞社の許諾を得て掲載しております

やまコミ FREE
広告掲載とチラシ折込（ポスティング）についてのお問い合わせはお気軽にどうぞ。
WEBでも読めます→
㈱山形コミュニティ新聞社
発行責任者　吉村 哲郎
〒990-0861 山形市江俣2-13-25　TEL023-679-5678

令和7年 2025年 10月24日
［毎月第2・第4金曜日発行］vol.459

Interview

Chief Editor やまコミ編集長

Interviewee

山形大学医学部 教授 今田恒夫さん

健康維持の基本は「食」にあり 週1～2回ラーメンを食べましょう



●（こんた・つねお）1965年（昭和40年）米沢市生まれ。米沢興譲館高から山大医学部に進み、卒業後、山形市立病院済生館、日本海総合病院、英ロンドン大留学などを経て山大医学部附属病院第一内科へ。助手、講師、准教授を経て2007年から教授。専門は公衆衛生学。今年8月、40歳以上の県民6725人を対象にラーメンを食べる頻度を「月1回未満」「月1～3回」「週1～2回」「週3回以上」に4分類し、死亡リスクとの関係を研究論文として発表し、全国的に話題を集めた。山形市在住、60歳。

――すっかり有名になっちゃって（苦笑）

ラーメン調査で全国激震

「ラーメン支出金額が3年連続で日本一になり、市も「ラーメンの聖地」を掲げてPRしているところに、地元の国立大学が『ラーメン週3回で死亡リスク高まる！』なんて調査を発表したら、そりゃあ話題になるでしょうよ（苦笑）」

――市や市内のラーメン店からすれば、味方から撃たれるみたいな…。

「だけど論文の趣旨は、『週1～2回』の死亡リスクが1倍と最も低く、ほとんど食べない『月1回未満』の1・4倍よりも低い。つまり適度にラーメンを食べて健康寿命を延ばしましょうということだったのに」

「それが『週3回以上』が1・52倍と最も高かったもんだから、そこだけが切り取られて」

――報じる側とすれば、そこは「おいしいところ」ですから（苦笑）

何でも食べすぎは危険

「ラーメンに限らず、食べすぎは何でも体に毒ですよ。『週3回以上』にしても、『スープを半分以上残す』『酒は控える』『野菜を摂る』といった条件によって数値は違ってきます。でもそのあたりのところはスルーされて（苦笑）」

――よくよく読めば、ラーメン愛にあふれていて、ラーメンの聖地を盛り上げようっていう論文なんですけどね（苦笑）

「個人的にもラーメンは大好きですが、あれ以来、何となくラーメン店に行きづらくなって…（苦笑）。最愛のラーメン店ですか？　米沢育ちなので、あっさり醤油系のところが好きですね」

関心持ってもらおうと

――そもそも、なぜラーメンの調査を？

「公衆衛生の立場から一般の人を対象に健康教室なんかをしても、来られるのは〝健康オタク〟みたいな人ばっかりで、ほとんどの人は無関心。日ごろから健康について考えてもらうには、みんなが関心のあるラーメンがテーマなら注目してもらえるんじゃないかと」

――先生は山形大の「健康アプリ」の開発担当でもいらっしゃるんですね。

「健康アプリは疾病リスクの予測や、個人の生活習慣に応じた健康アドバイスなど機能を搭載しています。食事や運動など毎日の生活習慣を入力すると、AI（人工知能）が即座に反応して、今後5年間の疾病リスクが予測できるという優れものです」

「山形県は高血圧や糖尿病の患者数が全国トップレベル。予防の基本は食生活です」

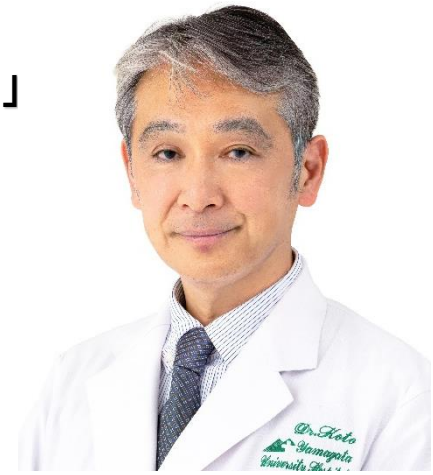
ラーメンで健康に

――健康のため、ラーメンも週1～2回は食べましょうと。

「そういうことです」

第2部

「命に寄り添う最先端治療
：東日本重粒子センターのこれまでとこれから」



講師

ことう　まさし
小藤 昌志

山形大学医学部 東日本重粒子センター長
山形大学医学部 放射線医学講座（放射線腫瘍学分野）教授

専門

放射線治療

略歴

1996 年 3 月	東北大学医学部卒
1996 年 4 月	聖路加国際病院内科
1999 年 4 月	東北大学病院放射線治療科
2005 年 1 月	米国 MD Anderson Cancer Center
2007 年 1 月	東北大学病院放射線治療科
2010 年 7 月	量子科学技術研究開発機構（旧放射線医学総合研究所）
2020 年 4 月	量子科学技術研究開発機構　放射線医学総合研究所 重粒子線治療研究部 部長
2023 年 4 月	量子科学技術研究開発機構　放射線医学研究所 副所長
2024 年 7 月	山形大学医学部 放射線医学講座 放射線腫瘍学分野 教授
2026 年 6 月	山形大学医学部 東日本重粒子センター長

山形コミュニティ新聞社の許諾を得て掲載しております

やまコミ FREE
広告掲載とチラシ折込（ポスティング）についてのお問い合わせはお気軽にどうぞ。
WEBでも読めます→
㈱山形コミュニティ新聞社
発行責任者　吉村 哲郎
〒990-0861 山形市江俣 2-13-25 TEL023-679-5678
令和8年 2026年 7月10日
［毎月第2・第4金曜日発行］vol.476

Interview

Chief Editor やまコミ編集長 × Interviewee 山大医学部東日本重粒子センター センター長 小藤 昌志さん

治療患者数は3000人を突破 当初目標を上回るハイペースです



●（ことう・まさし）1970年（昭和45年）東京都生まれ。開成高から東北大医学部に進み、卒業後、東北大病院、米MD Anderson Cancer Center、量子科学技術研究開発機構など国内外の第一線で放射線・重粒子線治療の専門家として研鑽を重ねる。2024年に山大医学部附属病院重粒子線治療センター長として山形大に着任、26年6月から現職。任期は3年。山形市在住、56歳。

――コトー先生ですね。

「ドラマの主人公は五島（ごとう）でしたね（笑）」

重粒子線治療の第一人者

――重粒子線治療の国内第一人者と伺ってます。

「大学の医学部に入った時から、やりたかったのががん治療。がん治療の花形といえば外科ですが、外科はチームで医療を行うので、主治医の先生がいて、下の先生がそれについていくようなイメージがあって…」

――まさに「白い巨塔」の世界！

「それが自分には合いそうになかった。それで自分のペースで仕事ができそうな放射線科を消去法的に選んだと。ただ放射線科に入ったのは結果的にラッキーでした」

「直後の2000年ごろからコンピューターの普及で放射線治療の精度が飛躍的に上がった。それまで症状緩和ぐらいの役割だった放射線治療が、治す治療として脚光を浴び始めたんですね」

「特に重粒子線治療は、がんの病巣をピンポイントで狙い、正常な組織や臓器を傷つけない画期的な治療です。駆け出し医師の時代にこの治療を学べたことが人生の転機になりました」

「病気を治せれば嬉しいし、やり甲斐にもつながった。そんな仕事と生活を25年続けてきて現在に至ってます」

――センター長にふさわしい経歴で。

北日本唯一の治療施設

「21年2月に治療を開始した東日本重粒子センターは、北日本唯一の重粒子線治療施設です。治療患者数は26年4月末時点ですでに3000人を突破し、年間では当初目標の600人を上回るペースです」

「正直なところ、センターが治療を開始した当時、千葉にいた私は『人口100万人ほどの山形であんな大きな施設がうまくいくのかな』と心配してましたが、関係者の皆様のご尽力に感謝しています」

近隣県への周知が課題

――今後の課題とか。

「患者は圧倒的に県内が多く、近隣県に十分に認知されていない。5年間の実績をもとに、重粒子線治療の有効性を積極的に発信していく計画です。具体的にはオープンキャンパス時の施設公開や、県内外でのセミナー開催などです」

――山形での生活も2年目ですか。

自宅でアヒージョ！

「千葉はほとんど山がないので、山に囲まれた景色が気に入ってます」

――千葉は山がないから熊も出ないとか。

「そうそう。オフは日帰り温泉に行ったり、自炊してみたり」

――自炊ってどんなものをお作りに？

「アヒージョとか」

――……。やっぱり開成出は違うなあ（苦笑）

メモ

アンケートにご協力ください

今後の講演会運営や内容向上の

参考とさせていただくため

アンケートにご協力ください

アンケートはこちら