

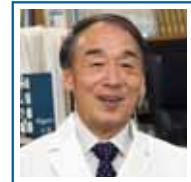
創刊号 TAKE FREE

2014年9月発刊

Yomiuri Agency Local Health Navigation

地域健康ナビ 北海道

(株)読売エージェンシーが発信する メディカルニュースペーパー



特集 1

ピロリ菌と胃がん予防
北海道大学大学院医学研究科 がん予防内科学講座
特任教授 浅香 正博



特集 2

知って欲しい関節リウマチ
NTT東日本札幌病院
院長 小池 隆夫

コラム がんの最悪の原因は喫煙 浅香 正博 監修

みんなの一步 肥満が気になる方にオススメのレシピ



人に、時代に、敏感です。

マイカー・バイク等のご購入、お借換えをお考えのあなたに

北洋ライフプラスローン



マイカーローン



適用金利についてのご注意事項

●上記金利は平成26年9月1日(月)現在のものです。●店頭基準金利は、当行の定める短期プライムレートを基準として決定いたします。●短期プライムレートは将来見直すことがありますので、お申込時とお借入時に適用される金利が異なる場合があります。●適用金利=店頭基準金利-(お取引ポイントの合計×0.1)%※お取引ポイントの合計は最大10ポイントとさせていただきます。●お取引ポイントの内容は、店頭またはホームページをご確認ください。●適用金利(金利情報)については当行窓口にお問い合わせください。

その他ご注意事項

●お申し込みに際しては、当行および保証会社の審査がございます。また、審査結果によっては、ローン利用のご希望に添えない場合がございますのでご了承ください。●お客様の信用状態が著しく悪化した場合には、審査結果に関わらずお断りさせて頂く場合がございます。

◆ご返済額は北洋銀行本支店・ローンクリックセンターで試算いたします。
◆北洋ライフプラスローンに関する「商品説明書」を店頭にご用意しております。
またホームページでもご覧いただけます。
<http://www.hokuyobank.co.jp>

web または FAX で
「かんたん」・「便利」なお申込み!

web 北洋銀行 検索
FAX 011-511-6668

お気軽にご相談!

ローンクリックセンター
フリーダイヤル 0120-608-552
(ローンハコニー)

[平成26年9月改訂版]

北洋銀行
www.hokuyobank.co.jp



地域健康ナビ 北海道

創刊号

CONTENTS

- 03 知っておきたい病気の話 特集1
「ピロリ菌と胃がん予防」
- 05 知っておきたい病気の話 特集2
「知って欲しい関節リウマチ」
- 07 HOSPITAL INFORMATION
- 09 毎日健康! 健康の豆知識 ~ 浅香先生の健康コラム
第1回「がんの最悪の原因是喫煙」
- 11 みんなの一歩 Vol.1
肥満が気になる方にオススメのレシピ「夕食編」
- 13 編集後記、次号のお知らせ

表紙イラスト

イラストレーター

佐藤 正人 masato sato

出版、広告のイラストを中心にイラストレーターとして活動中。
個展、グループ展など多数。
現在コラム、ルボイラストで「いしかり散歩」「浜の応援歌」など連載中。
絵本「ムーニャとほしのたね」「北方四島のいきものたち—自然の楽園」など。
JAGDA会員。
北海道デザイン協議会理事。
北海道イラストレーターズクラブ名誉会長。



学長 濱田 康行
(北海道大学名誉教授)

社会福祉学部で学んでみませんか?

道都大学は今年で法人設立50周年を迎えます。
これまで約2万人の卒業生を輩出し、なかでも社会福祉学部は
多くの卒業生が北海道の福祉業界で活躍しています。
社会福祉学部では、次のような学びの方針に特に力を入れて取り組んでいます。

- 少子高齢社会に必要な福祉の即戦力人材の育成
- ソーシャルワーク(相談援助)を学んだ保育士の育成

社会福祉に興味のある方は、
是非、伝統のある道都大学へ
学びに来てください。



豊かな自然の北広島市に設置された道都大学

36年の伝統のある社会福祉学部 平成25年度社会福祉学部卒業生 就職率100%!

[卒業生数より進学者及び非就職希望者を除いた就職率]

- 道内の大学で唯一「社会福祉士」と「保育士」の資格を同時に取得できます(保育士は国家試験不要)
- 経営学部と美術学部の科目を履修できます
- 卒業後の進路に合わせて、資格取得などで履修アドバイザーがサポートします

取得可能な資格

- | | |
|---------------------------|---|
| ●社会福祉士(国家試験受験資格:4年次受験可) | ●中学校教諭一種免許状(社会) |
| ●精神保健福祉士(国家試験受験資格:4年次受験可) | ●高等学校教諭一種免許状(地理歴史・公民) |
| ●保育士(卒業と同時に取得可能) | ●特別支援学校教諭一種免許状
(知的障害者、肢体不自由者、病弱者に関する教育の領域) |
| ●認定心理士 | ●任用資格(社会福祉主事、児童指導員、知的障害者福祉司) |

開催日:10月11日(土)・12日(日)

午前の部 10:00~10:30 受付 / 10:30開催
午後の部 12:30~13:00 受付 / 13:00開催
受付場所 本部棟1階
会 場 1号館3階1305教室

★詳しくは道都大学のホームページをご覧ください(<http://www.dohto.ac.jp>)
★当日は、地下鉄福住駅、JR北広島駅から無料送迎バスを運行します。

大学祭
同時開催!

オープン
キャンパス
のご案内

AIN GROUP

今日に応えるチカラ。
明日を支えるチカラ。

AIN 薬局

AIN GROUP
<http://www.ainj.co.jp/>

Better Health, Brighter Future

タケダから、世界中の人々へ。より健やかで輝かしい明日を。

一人でも多くの人に、かけがえのない人生をより健やかに過ごしてほしい。タケダは、そんな想いのもと、1781年の創業以来、革新的な医薬品の創出を通じて社会とともに歩み続けてきました。

私たちは今、世界のさまざまな国や地域で、予防から治療・治癒にわたる多様な医療ニーズと向き合っています。その一つひとつに応えていくことが、私たちの新たな使命。よりよい医薬品を待ち望んでいる人々に、少しでも早くお届けする。それが、いつまでも変わらない私たちの信念。

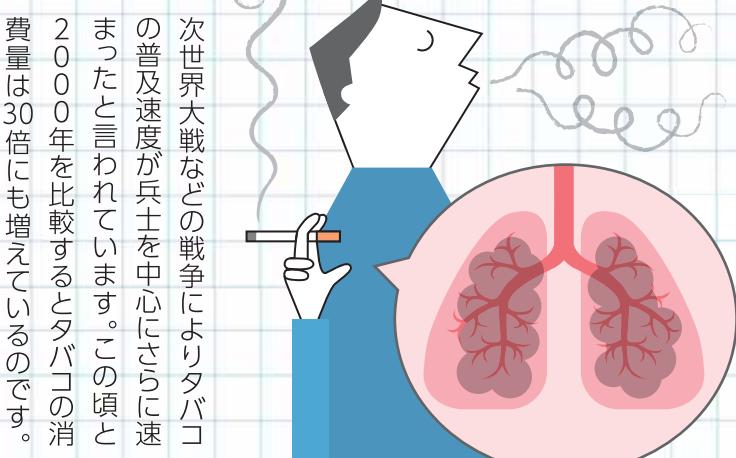
世界中の英知を集めて、タケダはこれからも全力で、医療の未来を切り拓いていきます。

www.takeda.co.jp

武田薬品工業株式会社

毎日健康! 健康の豆知識 1 浅香先生の健康コラム

タバコの煙には約50種類もの発がん物質が含まれています。WHOが認めており、がんの単一で最大の原因是喫煙なのです。肺がんで死亡する男性の70%は喫煙が原因であるといわれています。喫煙の歴史はアルコールよりずっと新しく、1492年10月アメリカ大陸を見たコロンブスがアメリカインディアンからタバコを送られたのが始まりと言われています。世界中の人々に広がるのは19世紀になり、紙巻きタバコがスペインで開発され从来からです。20世紀初頭にタバコの生産がオートメ化して以来、喫煙は猛スピードで世界に広まっていき、第一



タバコには約50種類もの発がん物質が含まれています。WHOが認めており、がんの単一で最大の原因是喫煙なのです。肺がんで死する男性の70%は喫煙が原因であるといわれています。喫煙の歴史はアルコールよりずっと新しく、1492年10月アメリカ大陸を見たコロンブスがアメリカインディアンからタバコを送られたのが始まりと言われています。世界中の人々に広がるのは19世紀になり、紙巻きタバコがスペインで開発されてからです。20世紀初頭にタバコの生産がオートメ化して以来、喫煙は猛スピードで世界に広まっています。第一

タバコにはタールのような発がん物質の他、ニコチンが含まれています。ニコチンは「カイン」と同等の依存性を有するので、喫煙者の70%がニコチンの依存症になります。したがって禁煙は大変難しいことなのです。禁煙を確実に行うには、日本の禁煙学会などで薦めている禁煙外来を利用するのが良いと思われます。

喫煙をやめるとその日から肺がんになるリスクがゼロになるわけではなく、元に戻るまで時間がかかります。

タバコが普及するまでは肺がんで亡くなる人はほとんどなかつたのですが、普及してきてから20年遅れで肺がんが増えてきました。1個のがん細胞が誕生し、それが分裂を繰り返していくと、20年後には通常で10年から20年かかると言われています。したがってタバコと肺がんは密接な関係にあることが明らかなのです。WHOによるタバコ関連がんというのは、肺がん以外に口腔がん、喉頭がん、食道がん、胃がん、ピロリ菌がいて喫煙するとなりや

タバコが普及するまでは肺がんで亡くなる人はほとんどなかつたのですが、普及してきてから20年遅れで肺がんが増えてきました。1個のがん細胞が誕生し、それが分裂を繰り返していくと、20年後には通常で10年から20年かかると言われています。したがってタバコと肺がんは密接な関係にあることが明らかなのです。WHOによるタバコ関連がんというのは、肺がん以外に口腔がん、喉頭がん、食道がん、胃がん、ピロリ菌がいて喫煙するとなりや

タバコが普及するまでは肺がんで亡くなる人はほとんどなかつたのですが、普及してきてから20年遅れで肺がんが増えてきました。1個のがん細胞が誕生し、それが分裂を繰り返していくと、20年後には通常で10年から20年かかると言われています。したがってタバコと肺がんは密接な関係にあることが明らかなのです。WHOによるタバコ関連がんというのは、肺がん以外に口腔がん、喉頭がん、食道がん、胃がん、ピロリ菌がいて喫煙するとなりや

第1回



北海道の喫煙率
全国1位 !!

出典:
国民生活基礎調査、
2013年

1位 北海道

2位 吉本県

3位 福島県

がんの最悪の原因は喫煙

