

INFORMATION Book

中央公民館
図書室からの
お知らせです。

ほん 大好き



中央公民館図書室 ☎42局7200番

●子どもの本

- 1位 崖の上のポニョ (作=宮崎 駿)
- 2位 ノンタンおしっこしーしー (作=大友幸子)
- 3位 ぼく、アンパンマン! (作=やなせたかし)
- 4位 メグとモグのおはなし (作=ヘレン・ニコル)
- 5位 いいからいいから3 (作=長谷川義史)
- 5位 かいけつゾロリのにんじゃ大きくせん (作=原ゆたか)
- 5位 千と千尋の神隠し (作=宮崎 駿)
- 5位 ハリーポッターと死の秘宝 (作=ローリング)
- 5位 ペネロペいろであそぶ (作=グッドマン・アン)
- 5位 アンパンマンという・かず (作=やなせたかし)

崖の上の一軒家に住む5歳の少年宗介は、ある日クラゲに乗って家出したさかなの子ポニョに出会います。頭をジャムの瓶に突っ込んで困っていたポニョを宗介が助けることから物語が始まります。「ぼくが守ってあげるからね」と宗介。そんな宗介のことを好きになったポニョが人間になりたいと願ったため海の世界は混乱に陥り、人間の町に大洪水を引き起こすのです。この作品は少年と少女、愛と責任、海と生命。神経症と不安の時代に宮崎駿がためらわずに描く「母と子」の物語です。



BEST 5 中央公民館図書室 年間貸し出しランキング

中央公民館図書室で
昨年度中に貸し出し
が多かった本を紹介
します。

パキスタン駐在を終えた恩地を待ち受けていたのは、さらなる報復人事だった。イラン、そして路線の就航もないケニアへの赴任。会社は帰国をちらつかせ降伏を迫る一方で露骨な差別人事により組合の分析を図っていた。共に戦った同期の友の裏切り。そして家族との別離。焦燥感と孤独感が恩地を次第に追い詰めていく。そんな折、国民航空の旅客機が連続事故を起こす……。



●一般の本

- 1位 沈まぬ太陽 (作=山崎豊子)
- 2位 パラドックス 13 (作=東野圭吾)
- 3位 運命の人 (作=山崎豊子)
- 3位 疑心 隠蔽捜査官3 (作=今野 敏)
- 5位 壺霊 (作=内田康夫)
- 5位 使命と魂のリミット (作=東野圭吾)
- 5位 ダイイング・アイ (作=東野圭吾)
- 5位 同期 (作=今野 敏)

今月新しく入りました。

●一般の本

／野球を学問する (作=桑田真澄) / 光媒の花 (作=道尾秀介) / オー! ファザー A family (作=伊坂幸太郎) / 神苦楽島 (上・下) (作=内田康夫) / おたふく (作=山本一力)

●子どもの本

／きみがいま (作=アリスン・マギー) / ころわんシリーズ全17冊 (作=間所ひさこ) / ディズニーイングリッシュシリーズ全5冊 (作=学研教育出版編) / ほんとおおきさ水族館 (作=高岡昌江) / もものすけのあさごはん (作=やまちかずひろ)

中でもこの本が オススメです。

マドンナ・ヴェルデ

作=海堂 尊

「ママは余計なことを考えないで無事に赤ちゃんを産んでくれればいいの」平凡な主婦みどりは、一人娘で産科医の曾根崎理恵から驚くべき話を告げられる。子宮を失う理恵のため代理母として子どもを宿してほしいというのだ。50歳代後半、33年ぶりの妊娠。おなかにいるのは実の孫。奇妙な状況を受け入れたみどりの胸にやがて疑念が芽生え始める。医学と母性の葛藤があざやかに描かれた医療小説。



きみがいま

作=アリスン・マギー

この絵本の中にあるのは「今」を夢中になって過ごす「きみ」のきらめく時間。無心で真剣な表情を見ているだけで込み上げてくるものがあります。過ぎ去ってしまったら二度と戻らないかけがえのない時間。そのことを知らなければいけないのは大人の方。本当に大切なものを目にしたときなぜか涙が出そうになるのです。たくさん目に焼き付けておかなければと改めて気付かせてくれるこの絵本は大事な一冊となりそうです。





ADVICE Health



毎年、胃潰瘍になってしまします。原因はピロリ菌と言われるのですが、何かよい予防法がありますか？（40歳・男性）

【胃潰瘍の原因】

胃液は胃酸とペプシンという消化酵素からできています。通常、胃粘膜の表面は粘液で防御機構が働いて粘膜を保護しています。胃粘膜の障害を起こすのが胃潰瘍ですが、その原因としてはピロリ菌の感染、薬の副作用、ストレスなどによって、胃の防御機能や運動機能が低下して胃粘膜に潰瘍を起こします。

特に近年は長期間のピロリ菌の感染により胃粘膜が傷害され、胃潰瘍を発症することが重要視されています。

胃では食物を消化するために強い酸（胃酸）が作られています。以前は、この胃酸の中に細菌はいないと思われていました。ところが、このピロリ菌は、強い胃酸の中でアンモニアを作り、胃酸を中和

することによって生きることができるのです。

しかしながら、このアンモニアや毒素によって、胃に悪い影響を与えて、胃を傷つけたり、潰瘍を再発させたりするので。

胃潰瘍患者の70～80%がこのピロリ菌に感染していることから胃潰瘍の最大の原因であると考えられています。

【感染率】

日本では20～30歳代で約30%、40歳代で50%に上昇し、50歳代以上では80%の人が感染しているといわれ中高年で感染率が高くなります。

また発展途上国で感染率が高いことから、水を介した感染が疑われ、衛生環境と関係すると考えられています。

【胃がんの誘因】

胃がんの発生については、ピロリ菌との関係を明らかにする十分なデータはありません。しかし、早期胃がんの治療後、ピロリ菌を除菌したグループとしなかったグループの胃がんの再発率を調べた結果、除菌したグループの再発率は3分の1に抑えられたという報告もあります。これは、ピロリ菌感染が胃がん発生の大きな誘因であると考えられます。

除菌することで90%程度の人の再発が予防できると考えられています。

胃潰瘍は、ひどくなると出血（吐血、下血）、穿孔（胃に穴が開く）、狭窄（食物の通過障害）をきたして、命にかかわることもあります。

ピロリ菌を除菌することで潰瘍を治療できるばかりか、再発を抑えられること、最近では胃がん発生のリスクも低減できると考えられています。早めに専門医への受診をお勧めします。

【ピロリ菌の再発予防】

除菌の対象となる人は、胃潰瘍かつピロリ菌に感染している人で、抗生物質、胃酸分泌抑制剤、潰瘍の治療薬を正しく服用することで80～90%の確率で除菌が期待できます。



【アドバイザー】

船津史郎さん・ふなつしろう 昭和56年長崎大学医学部を卒業後、同大学病院、長崎市立病院、北九州市立八幡病院などを経て、平成19年町立病院に勤務。消化器科医科長。日本消化器学会専門医、日本消化器内視鏡学会専門医、日本内科学会認定医。54歳。

ピロリ菌は、抗生物質や胃酸分泌抑制剤、潰瘍の治療薬を正しく服用することで除菌が期待できます。専門医の受診をお勧めします。

