

# よぼう医学

## CONTENTS

### 特集

- 04 **胃がん検診、大腸がん検診**  
早期発見につなげるために  
川崎成郎 本会消化器診断部長



### 話題

- 08 **働く女性の健康確保を支援するために**  
荒木葉子 荒木労働衛生コンサルタント事務所所長

- 10 **睡眠学入門** 快適な眠りにいざなうために 連載  
時差症状を減らして快適に過ごすには  
小曾根基裕 久留米大学医学部  
神経精神医学講座准教授

- 11 **事例から学ぶ 感染症対策** 連載  
感染症対策の不足と過剰  
堀 成美 国立国際医療研究センター特任研究員

- 12 **新・産業医訪問** 連載  
清水健一郎氏 株式会社商工組合中央金庫産業医

- 13 **新入社員向けの健康づくり教室**

- 14 **第8回日本タバコフリー学会学術大会**  
喫煙者ゼロの職場を目指そう!

- 16 **【保健師コラム】**  
私の健康づくり 連載  
「今より10分多く歩く」

- 17 **【管理栄養士コラム】**  
管理栄養士とめぐる歴食の旅 連載  
「骨を元気にする食生活」

- 18 **【健康運動指導士コラム】**  
からだ整えていますか? 連載  
「水分補給の仕方」

- 19 **おすすめの一冊**  
土屋廣幸  
『文科系のための遺伝子入門』  
渡辺巖太郎 株式会社健康教養デザイナーズ代表

- 20 **疑問、ご意見、よくある質問にスタッフがお答えします**  
「人間ドック その2」

- 22 **本会の活動から**

- 25 **Information**

