

# PEOPLEの窓

みなさんの活躍  
紹介します

- ①名寄市出身 ②21歳
- ③舞茸の天ぶら ④ギター
- ⑤行くだけでも楽しい空港



佐々木悠斗さん

千歳の魅力を僕らが発信!

## JOY CASTERS

千歳青年会議所が開催した「JOY CASTERS オーディションプロジェクト」で誕生した2人。これから千歳の魅力を自分の言葉で発信しつつ、発信力を磨いていく同会議所の広報パートナーです。



新井田拓斗さん

- ①標津町出身 ②25歳
- ③スープカレー
- ④キャンプなどアウトドア
- ⑤たくさん飲食店があるところ

- ①出身
- ②年齢
- ③好きな食べ物
- ④趣味
- ⑤千歳市の好きなところ

——ジョイキャスターになるまで大変だったこと  
新井田さん「1〜2時間の研修を2回ほど受けました。三つのテーマがあって、一つ目が言語化すること、二つ目が伝える力、三つ目が動画をを通して伝える力。個人的には言語化することが苦手だったので、とても勉強になりました。」

——佐々木さん「大変なこととはなかったのですが、知らないことばかりだったので、とても勉強になりました。」

——これまでの活動  
新井田さん「松浦農園のジャガイモ掘り体験をしました。これからインスタグラムなどで発信予定です。」

——これからの活動で心がけていきたいこと  
佐々木さん「自分も楽しみなが、その楽しさを伝えたいです。」  
新井田さん「「行きたい」と思ってもらえるように、ユーモアなどを入れながら自分の色を出していきたいです。」

——楽しみにしていること

新井田さん「千歳でもまだ行ったことない場所に行けることや、新しい出会いの機会があることが楽しみです。」

佐々木さん「人と会うことや話すことが好きなので、新しい出会いが楽しみです。」

——ジョイキャスターとしての意気込みや目標など  
新井田さん「動画を作り、インスタグラムを通じて発信します。その中でも多くバズり、たくさんの人にみてもらうことが目標でもあり、役目だと思っています。」

佐々木さん「僕が作った動画や写真をみて、「ここに行こう」と思うきっかけにしてみたいです。」

——市民の皆さんへメッセージ  
佐々木さん「千歳市の楽しいところを全力で伝えるので、ぜひ見てください!」  
新井田さん「千歳はこれからさらに新しいことが増えていくまちです。その魅力を伝え、もっと良いまちになるよう、少しでも貢献できればと思います!」

### 第37回

胃がんは、胃の内側の粘膜にある細胞ががん化することで発生します。進行すると、がん細胞が血液やリンパを通じて全身に広がる転移や、お腹の中に散らばる腹膜播種を起こすことがあります。

胃がんは初期には自覚症状がほとんどなく、胃の異常（痛み・不快感・胸やけ・吐き気）、食欲低下と体重減少、黒色便、貧血などの症状が出る頃には進行している場合があります。これらの症状は胃炎や胃潰瘍とも共通するため見落としに注意が必要です。胃がんの早期発見のために定期的な検診が重要です。

胃がんの原因のひとつとして、ヘリコバクター・ピロリ（ピロリ菌）が最大の

リスク要因とされ、ピロリ菌が胃の粘膜に感染することで慢性的な炎症が起ります。がんになると言われています。ただし、すべての感染者に発症するわけではなく、食生活・喫煙・遺伝的要因なども関係します。ピロリ菌は簡単に検査ができ、薬による除菌が可能です。除菌後も定期的な経過観察が必要です。胃がんの早期発見には、胃内視鏡検査（胃カメラ）で胃の粘膜を直接観察することが重要です。

胃がんは「自覚症状が出てから」では遅いことがあります。40歳を過ぎたら、症状がなくても定期検診を受けましょう。次回は、胃がんの内視鏡治療についてご説明します。

## 先生、教えて!



### 胃がんについて



市立千歳市民病院  
診療部長（消化器科担当）  
大久保 俊一