

日付：2021年4月20日（火）

## 今日の行き先

No	TOPIX	媒体	解説	活用・リストアップのヒント
1	小野薬、一時5%高 オプジーボ適応拡大 について	日経 18  がん・ 医療保障	<ul style="list-style-type: none"> <li>19日、小野薬品工業株が高騰</li> <li>背景には、がん免疫薬「オプジーボ」について、戦略的に提携するBMS社(米)が、「胃がん」にも使えるように承認を取得したと発表したため</li> <li>オプジーボは2014年に発売され、メラノーマや肺がんなどの治療薬として対象を拡大</li> <li>承認により、胃がん治療で最初に投与できる「1次治療」として使用可能。対象患者も多い</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>がんの話題として活用</li> <li>がん保障の最新化や拡充</li> </ul>
2	生涯現役 企業が備え について	日経 1  大見出し・ カットライフ	<ul style="list-style-type: none"> <li>日本企業が「生涯現役時代」への備えを急いでいる</li> <li>なぜなら、2021年4月の改正高齢者雇用安定法の施行で、企業には従業員に70歳まで就業機会を確保する努力義務が課されたため。将来的には罰則を伴う義務化も</li> <li>今日の記事では、YKKの例を掲載。同社は、今後5年で約800人が定年の65歳に。本人の希望で、何歳までも正社員として就業でき、会社判断で以前の給与水準の維持も可能</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>本日の大見出しとして情報をアップデート</li> <li>セカンドライフのシミュレーションの最新化や保障(積み立て)の確認</li> </ul>
3	大和証券 研修に瞑想導入 について	日経 7  ライフ・ 就業不能	<ul style="list-style-type: none"> <li>大和証券は瞑想などを通じてストレスの軽減効果があるとされる「マインドフルネス」を新入社員向け研修で導入(慶応大学と共同でプログラムを開発したプログラム)</li> <li>オンラインで1時間半のプログラムを5回実施。呼吸や体の緊張状態を観察し自分がストレスを感じやすい環境を理解することで、ネガティブ思考やメンタルヘルスの不調を予防</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>新入社員関連の話題</li> <li>瞑想をきっかけに趣味趣向をアップデート(全層)</li> <li>メンタル系の保障の訴求も</li> </ul>
4	チア練習大けが 元部員が提訴 について	日経 38  学資・介護 就業不能	<ul style="list-style-type: none"> <li>高校の部活動(チアリーディング)で、練習中の事故で下半身不随の大けがを負う(2018)</li> <li>原因は、学校側の安全対策が不十分だったためとして、元女子部員が同校運営の学校法人に約1億8290万円の損害賠償を求めて提訴</li> <li>学校法人は事故後に校内のバリアフリー化や、元部員の自宅の改修を行ったと説明</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>若年層のけが等の危険性を啓蒙</li> <li>障害(就業不能)・介護系の保障を若年層にも訴求</li> </ul>
5	その他 TOPIX	ライフ イベント	<ul style="list-style-type: none"> <li>日経13</li> <li>日経20</li> <li>ディズニーもまん延防止 入園は5000人上限、午後8時に閉園⇒20日～5月11日まで。購入済みチケットは利用可</li> <li>カーネーション、母の日に品薄? ⇒主産地のコロンビアで、コロナ禍で作付面積が縮小。天候不順で生育にも遅れ</li> </ul>	

## 市況情報

日経平均/前日比	29,685.37/	2.00	定期預金金利(1,000万以上/10年)	0.002%
TOPIX	1,956.56/	▲4.31	国債(5年)/前日差	-0.100%/ 0.005
ダウ平均	34,077.63/	▲123.04	国債(10年)	0.080%/ ▲0.005
上海総合指数	3,477.55/	50.93	米国債(10年)	1.599%/ 0.016
ドル円	108.21-23	58銭高	中国国債(10年)	3.150%/ ▲0.009

## 今日は何の日

● 郵政記念日

● 青年海外協力隊の日

● 女子大の日

● 大安

逓信省(現在の日本郵政グループ)が1934年に「逓信記念日」として制定。逓信省が郵政省・電気通信省の二省に分割された1950年に「郵政記念日」と改称  
1871(明治4)年3月1日、それまでの飛脚制度に代わり新しく郵便制度を実施

## 誕生日うらない

本日生まれの方の特徴：繊細な心を持つ野心家

## 長所

- 機転がきく
- 平和を愛する
- 思慮深い

## 短所

- 自信がない
- 感情のコントロールが苦手
- 臆病

誕生日花：シバザクラ

花言葉：臆病な心、希望、忍耐、合意、燃える恋、溫和

誕生日  
カラー  
赤色

## おもしろい本を紹介：大腸がんになり患するリスク要因！？

しつもん

みなさんは、赤身肉や加工肉（牛豚羊などの肉。鶏肉は含まない）を一日76g、食べていますか？

76g  
(ハムで約3枚)そんな  
みなさんは…

## 大腸がんのリスクが高い！？

研究結果によれば、おおよそ政府推奨基準内である赤身肉と加工肉の**1日あたり摂取量約76g**を食べる人は、1日あたり約21g食べる人よりも**大腸がんを発症する可能性が20%高く**なると示唆。

この10年以上に渡り、加工肉および赤身肉とがんとの関連性を示す証拠が示され、その証拠は積み上がってきています。2015年に、国際がん研究機関（IARC、研究レビューに関し検討・報告を行う専門家集団）が加工肉を「確定的」ながんの原因として分類しています。これにより**ベーコン**が、がんの原因として**タバコと同カテゴリに属する**こととなったのです。

## 加工肉や赤身肉ががんの原因となる仕組みは？

これまでのところ、研究では、次の3種類の化学物質が大腸がんリスクの上昇に関連するとされています。これらの化学物質は肉に通常含有されているもの、加工過程で添加されているもの、あるいは調理中に生成するものがあります。

- **ヘム（赤身肉に多く含まれる赤い色素）**
- **硝酸塩と亜硝酸塩（加工肉の鮮度維持・防腐目的で使用）**
- **複素環式アミンと多環式アミン（肉を高温調理する際に生成される）**

3種類の化学物質すべてが腸の細胞にダメージを与えている可能性があり、このダメージが長期間にわたり積み重なるとがんリスクが高まります。

TOPIX

- 食べる量を半分にして、野菜や豆などに置き換える等工夫！ソーセージやベーコンを2本食べず1本にする
- ミートフリーデー（肉を食べない日）を設け、肉を全く食べない日を1日（数日でもよい）設ける
- ビヨンドミート等の植物性代替肉を体験してみる 等々