

④ 生活習慣病について 次の問いに 答えなさい。

(1) 日本人の死亡原因を 第1位から 第3位まで 答えなさい。

1位 (**がん**)

2位 (**心臓病**)

3位 (**脳卒中**)

(2) 次にあげる生活習慣病の予防について、正しいものを2つ選んで記号で答えなさい。

ア 中学生は成長する時期なので、間食や夜食をどんどんとる。

イ 好き嫌いなく食事をとり、適度な運動を心がける。

(**イ**) (**ウ**)

ウ 定期的に健康診断を受け、病気の早期発見に努める。

エ ストレスを発散するために、夜遅くまで趣味に没頭する。

(3) 糖尿病とがんについて 次の () にあてはまる言葉を下の語群から選びなさい。

糖尿病は (**エネルギー**) のとりすぎ、運動不足、月経不調などが原因となって、血液に含まれる (**ブドウ糖**) の濃度が異常に高くなる病気である。

糖尿病になると、(**血管**) に負担がかかり、さまざまな病気を引き起こす。ただし、糖尿病には、生活習慣とは関係がなく起こるものもある。

がんは、(**喫煙**)、動物性脂肪や (**塩分**) のとりすぎ、緑黄色野菜や (**食物繊維**) の不足が原因となって起こる。正常な細胞が (**がん細胞**) に変化し、それが無秩序に増殖して、器官の働きを侵してしまう。