

# 加藤新聞 30 号

## メタボリックシンドローム

メタボリックシンドロームとは内臓に脂肪が蓄積した肥満、高血糖、高血圧などの危険因子が重なった状態のことを言います。これらの危険因子が重なることにより、生命に関わる病気が発症する可能性が高くなってしまいます。



糖尿病や肥満のある人には歯周病が多く、しかも重篤になりやすいことが分かっています。メタボリックシンドロームの要因である肥満、高血糖、高脂血症、高血圧の全てに深く関与しているのが食生活であり、バランスの取れた適切な食事を取るために歯の健康が欠かせません。

## 食と健康「トマト」



夏の暑さにはトマトの赤さが妙に似合います。日本では赤茄子と呼ばれるように、トマトは茄子科の植物です。トマトは野菜か果物かと言う冗談話もありますが、180

0 年頃米国最高裁判所はトマトは野菜であるという判決を出したという記録が残っています。判決の根拠は野菜畑で育てられて、デザートにはならないからというものだったそうですが、近頃の日本ではデザートにしてもいいくらい美味しいトマトが販売されています。前書きはともかく、本日はトマトの効用についてお話しします。その昔から「柿が赤くなると医者が青くなる」という古諺がありますが、最近では「トマトが赤くなると医者が青くなる」という新しい諺も生まれているくらいトマトは健康にいいと言つ」とが広く認識されているよう

になります。アルツハイマー型認知症は脳に萎縮が見られるのが特徴です。歯の本数の少ない人ほど脳の萎縮が進んでいたという報告があります。また、アルツハイマー型認知症の人が健康な人より残っている歯の数が少なかつたという報告もあります。噛むことが脳を活性化させることに繋がっています。

になります。アルツハイマー型認知症は脳に萎縮が見られるのが特徴です。歯の本数の少ない人ほど脳の萎縮が進んでいたという報告があります。また、アルツハイマー型認知症の人が健康な人より残っている歯の数が少なかつたという報告もあります。噛むことが脳を活性化させることに繋がっています。

になります。アルツハイマー型認知症は脳に萎縮が見られるのが特徴です。歯の本数の少ない人ほど脳の萎縮が進んでいたとい

う報告があります。また、アルツハイマー型認知症の人が健康な人より残っている歯の数が少なかつたという報告もあります。噛むことが脳を活性化させることに繋がっています。

## 技工室の「コナン・デスカ?」

今回はモデルトリーマー



石膏模型製作の際、不要な部分を削り、修復物を作りやすくしてくれるものです。



新しく入りました。

「カブリ」



## お知らせ

八月一日(土)  
八日(土)

お知らせ

## 認知症

認知症には、何らかの原因で脳が萎縮するアルツハイマー型と脳卒中の後遺症として起こる脳血管性とがあります。脳血管性認知症の原因是脳卒中です。脳卒中の原因の動脈硬化を防ぐことが大事です。歯周病は動脈硬化を促進するので、歯周病を防ぐことが脳血管性認知症のリスクを減らすこと

になります。アルツハイマー型認知症は脳

に萎縮が見られるのが特徴です。歯の本数の少ない人ほど脳の萎縮が進んでいたとい

う報告があります。また、アルツハイマー型認知症の人が健康な人より残っている歯の数が少なかつたという報告もあります。噛むことが脳を活性化させることに繋がつ

ています。

になります。アルツハイマー型認知症は脳

上野信泰

「こんにちは、初めてコラムを書くことになりました。技工士の上野です。私は去年一年間単身大阪で暮らしていました。下関での移動手段は車ですが、大阪での移動手段は主に折りたたみ自転車でした。私はこの愛チャリに乗り回り、京都や神戸へ日帰り小旅行に行きました。京都の県境の看板を見た時とても嬉しくて思わず嫁へ写メールしました。その他、毎日の通学や買い物など大活躍の愛チャリでしたが、下関へ戻る直前に不慮の事故により大破し、廃車となり、私の顔はおイワさんになり、散々でした。今となつては大阪の粗大ゴミとなりましたが、写真の一枚でも撮つておけばよかつたなと思つています。ちなみにおイワさんの顔写真は残っていますので見たい方は声を掛けて下さい。

夏をenjoyしていますか?  
私は暑いのがすゝ〜〜苦手なのですが  
私にとって夏の風物詩といえば、  
夜空に咲く・・・花火です♪  
本当にきれいですよね  
びっくりしてしまったくらい大きな音も、  
すぐに消えてしまつ儘さも・・・  
大好きです ♥(\*\_\*)  
暑さに負けず、毎日笑顔でがんばりまし  
よー❤

先生＋スタッフに聞きました。

「お盆休みの予定とか聞いたやつていいですか?」



河口 寝る  
上野 德永 友達と飲み会  
お墓参りと子供や家族と一緒に過

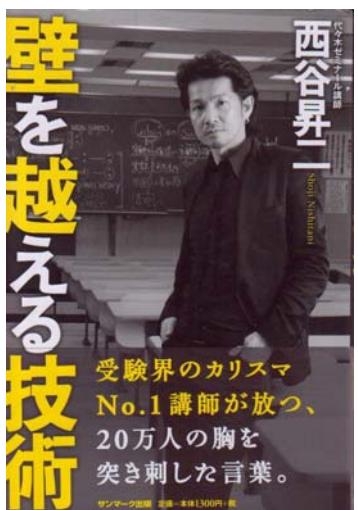
作本 河野 奥田  
サンマリ   
神戸に行きます！  
鳥取に行きます！  
桑野 中塚  
・・  
みんなで花火みにいく！  
実家に帰る

中塚  
松崎  
蜂谷  
祝迫  
実家に帰る  
みんなで花火みにいく!  
ゆつくり楽しくすゞします。  
沖縄か大阪に行く予定  
◆◆◆  
◆◆◆  
◆◆◆  
◆◆◆

先生  
墓参り  
松浦  
海、海、山、寢

「もうひとつだけ、あなたにひとつ  
“「ちやつ”って何ですか?」

## 「壁を越える技術」



## 彰先生のおススメ図書コーナー

あとがき  
今月も加藤新聞を読んで頂きありがとうございました。いよいよ八月に入りましたね。暑いです。  
今回のコラムは二人とも初コラムなんですよ。個性的だなあと思いながら読んでました。うんうん。いい感じ。

著者である西谷昇一さんというたつた二つの結論—先天的であれ、後天的であれ、自分にとつて負の力として感じられるものが自分の人生を前へと押し出してくれる推進力として働く—に、うくん確かに。どうなずきながらも私は、他の人にとつて負の力と思えることを正の力（チヤンス）ととらえ、壁を壁とも思わぬ人がやつぱり強いと感じました。

PS、彼の授業はぜひとも受けてみたいと思いました。

壁を越える技術？？どんな技術なんだ  
るう？？と手にとつてたら買ってました。

祝迫美由妃  
こんにちは！  
初めてのコラムです♪  
季節は夏ですね ❤  
みなさんはもう、海と  
か？

初めてのエテムです♪  
季節は夏ですね ❤  
みなさんはもう、海と

初めてのコラムです♪

季節は夏ですね。みなさんはもう、海とか行かれましたか？

「もひとつだけ、あなたに」とハリーポッターが尋ねる。

西谷昇二 著  
サンマーク出版

感じで聞きますように！（笑）  
来月の加藤新聞は私の都合で休載させて  
頂きます。また、十月号でお会いしまし  
よう！