

# さいたま

第159号

平成27年5月1日  
発行

公益社団法人 埼玉県鍼灸師会  
会長 河原保裕

事務所

〒330-0802 埼玉県さいたま市大宮区宮町2-3-1  
第2大矢部ビル 2F東  
TEL 048-645-0416  
HPアドレス <http://saitama.harikyu.or.jp>  
事務所メールアドレス [saishinkai@gold.ocn.ne.jp](mailto:saishinkai@gold.ocn.ne.jp)  
(広報委員長) 大谷尚子  
(編集委員長) 阿部琴美

## 行事予定表

- 5月  
10日(日) 全日本鍼灸学会  
関東支部認定指定A講座
- 24日(日) 療養費等適正運用個別指導会
- 6月  
21日(日) 療養費等適正運用個別指導会
- 7月  
5日(日) 第1回学術講習会

## 平成26年度 第4回学術講習会報告

平成27年2月15日(日)、さいたま共済会館において「認知症と鍼灸治療」をテーマに開催されました。「認知症治療のトピックス」と「認知症の統合医療-私はこう治す-」の演題で医療法人山口病院精神科部長 奥平智之先生に、「認知症の鍼灸治療-私はこう治す-」を日本中医学会 理事 兵頭明先生にご講演いただきました。



奥平 智之 先生

兵頭 明 先生

## 認知症について (平成26年度第4回学術講習会より)

認知症を呈する疾患で多いタイプには①アルツハイマー型認知症(55%)②レビー小体型認知症(15%)③前頭側頭葉型認知症(ピック病含む)(2.5%)④脳血管性認知症(10%)がある。

### ①アルツハイマー型認知症の特徴

- ・道に迷ったり買い物ミスがあったりするのに本人には「異常はない」と言う(病識欠如)
- ・取り繕ってもっともらしく振る舞う
- ・愛想よく礼節も保たれるなどの特徴が原因で見落とされやすい

### ②レビー小体型認知症の特徴

- ・動作緩慢などのパーキンソニズム
- ・薬過敏の重篤症状が出やすい
- ・薬剤過敏性などで事故が多い

### ③ピック病の特徴

- ・横柄な態度を取るようになるなど性格が変化する
- ・万引き等社会性の喪失などの症状が出る
- ・記憶、計算、空間的見当識は比較的保たれる
- ・時刻表的な生活、周回

### ④脳血管型認知症の特徴

- ・脳梗塞後3~6か月で発症することが多い
- ・長年の高血圧や怒りっぽい男性に多い

認知症の原因で最も多いアルツハイマー型認知症は糖尿病と関連している。脳でのアミロイドβタンパクの蓄積により脳神経細胞が傷つきアルツハイマーになる。インスリンが多いとアミロイドβタンパクの分解が悪くなるので、インスリンをなるべく増やさない生活を意識してみたらどうだろうか。

### インスリンを増やさない生活

- ・筋肉をつける…筋肉が糖を消費する
- ・内臓脂肪を減らす…内臓脂肪が多いとインスリンの効きが悪くなり、インスリンが大量に必要になる
- ・糖質を減らす

### 脳内の神経伝達物質生成に関わる栄養素

- ・鉄…レバー・肉・魚・あさり・大根・ひじき
- ・ビタミンB6…レバー・にんにく・まぐろ・かつお
- ・ナイアシン(ビタミンB3)…レバー・肉・魚・たらこ
- ・葉酸…レバー・枝豆・モロヘイヤ
- ・ビタミンC…ピーマン・アセロラ・レモン・柚子

## 平成27年度(社)全日本鍼灸学会 関東支部認定指定A講座のお知らせ

日 時:平成27年5月10日(日) 午前10時~午後3時10分  
会 場:東京大学医学部教育研究棟13階 第6セミナー室  
参加費:全日学会員 3000円、一般 5,000円、学生 3,000円  
講 演:講演1 《午前10時10分~午前11時20分》

『慢性疼痛(腰痛)の脳の機能障害の病態とその対策』  
東京大学医学部附属病院 22世紀医療センター  
運動器疼痛メディカルリサーチ&マネジメント講座  
准教授 松平 浩先生

講演2 《午前11時30分~午後12時40分》  
『鍼灸治療の抗ストレス作用とオレキシンの変化』  
昭和大学医学部生理学講座生体制御学部門  
准教授 砂川 正隆先生

講演3 《午後2時~午後3時10分》  
『癌と免疫 最新の知見』  
順天堂大学医学部免疫学講座  
特任教授 垣生 園子先生

※(公社)全日本鍼灸学会認定ポイント:2点×3講座 合計6点が取得できます。

※本講習会は東洋療法研修試験財団生涯教育制度の認定講習会です。(関係学会参加の5単位が得られます)

問い合わせ:文京区本郷7-3-1 東京大学医学部附属病院リハビリテーション部鍼灸部門内  
(公益社団法人)全日本鍼灸学会関東支部事務局  
事務局代表 粕谷 大智  
TEL:03-3815-5411内線34280  
FAX:03-5800-9028

## 平成27年度 第1回学術講習会開催のお知らせ

学術委員長 小俣 浩

今回は埼玉鍼灸学会と共催の講習会です。

日 時:平成27年7月5日(日)午後1時50分~午後5時  
会 場:さいたま共済会館504号室  
講 演:講演1《午後1時50分~午後3時20分》

『脳卒中の病態と診断・治療 -脳血管の神経支配、最近の話-』  
埼玉医科大学国際医療センター神経内科教授  
棚橋 紀夫先生

講演2《午後3時30分~午後5時》

『スポーツ障害と鍼灸 -骨格筋損傷(肉離れ、遅発性筋痛等)に対する効果-』  
筑波大学人間系教授、理療科教員養成施設  
施設長 宮本 俊和先生

参加費:会員2,000円、育成学生500円、一般5,000円、  
一般学生2,000円、従業員3,000円

問い合わせ・連絡先:  
(公社)埼玉県鍼灸師会 学術委員会 小俣 浩  
埼玉県入間郡毛呂山町毛呂本郷38番地  
埼玉医科大学 東洋医学センター  
TEL&Fax 049-276-2108、または049-276-2113  
E-mail: [homata@saitama-med.ac.jp](mailto:homata@saitama-med.ac.jp)

※本講習会は(財)東洋療法研修試験財団の生涯教育研修制度認定講習会です。

## 旬の食べ物を食べて元気になるう!

今月の旬の食材は「アスパラガス」です。アスパラガスで有名な栄養素といえば、「アスパラギン酸」というアミノ酸の一種で、これはアスパラガスから発見されたことにちなんで命名された栄養素です。アスパラギン酸は栄養ドリンクなどにも含まれることがあり、新陳代謝や疲労回復を促し、スタミナを増強させる効果があるそうです。また利尿作用を促すため、肝臓や腎臓の機能助ける役割もあります。

それから葉酸も多く含んでいます。葉酸はタンパク質とDNAの合成に働き、細胞の分裂や発育を促すほか、赤血球を作る役割を持っています。またミネラルも豊富に含まれていて、赤血球の増加作用のあるコバルトや鉄が多いので、妊婦や貧血のある人にはもってこいの野菜です。

新年度を迎えて1カ月、新しい生活のサイクルに慣れてきて疲れが出やすい時期ですので、食事を疎かにせずしっかり食べて健康に過ごしましょう。



協賛各社  
(順不同)

医道の日本社・ホシノ医療機器株式会社・ヨシダ商事・アフラック募集代理店 株式会社むらた・カナケン・セイリン株式会社・昭和エンタープライズ