

健康生活信息应有尽有！

TAKE FREE

AZAMINO STYLE®

2019 AUTUMN

vol.39

最有效的认知症预防措施 就是继续参与社会活动

神奈川牙科大学附属医院

认知症与高龄者综合内科

真锅雄太教授

正在派发优惠券！
网络版限定



Online
Digital
Book



日文



English



中文

interview

最有效的认知症预防措施 就是继续参与社会活动

如今,据说认知症患者超过462万人,但因没有根本性治疗药物,所以预防才是最好的防御。真锅雄太教授致力于通过医科牙科合作来预防认知症,我们向他请教了如何面对认知症。

——您研究认知症的起因是什么?

我大学毕业成为实习医生时,本打算去神经内科研究帕金森病,最终却去了综合内科。上研究生院一年级时,拜小阪宪司先生(路易体痴呆症的发现者)为导师是这件事的起因。

后来,我接到小阪先生下达的指示:“希望你建立一个可以从检查到完结的路易体痴呆症中心”,到横滨新都市脑神经外科医院任职,开设了内科与认知症诊断中心“健忘门诊”。真的唯有感谢。

——认知症的患者在增加吗?

上了年纪之后,就会越来越健忘,也许是阿尔茨海默病的预兆。如果在早期阶段发现,也有人可以抑制发病,所以不要因为“年龄的原因”就听之任之,而要在那个阶段接受检查,这一点很重要。如果包括在这种时候发现的人在内,我想会有462万人之多。

也有老年人多的地区,接受过记忆(脑与记忆)检查的人,约有80%需要再次接受检查。不仅阿尔茨海默病,既有明显患有认知症的人,也有认知症发病前阶段的MCI(轻度认知障碍)。表示:“没有任何问题,太好了”,放心回家的人约有10%~20%。

因为寿命日益延长,认知症在

总体上是增加的,这是事实。据说路易体痴呆病也在增加,这是因为能够正确诊断了。以前,无论是阿尔茨海默病还是路易体痴呆病,即便是其他疾病导致认知功能障碍,也都一概被诊断为“认知症”。认知症并非诊断病名,而是病理名。如今,诊所医生们的知识水平也普遍提高,并且开始在介绍信里写上病名,但是包括我们在内,医务工作者的责任也很重大。我认为这是以小阪先生为中心努力开展启蒙活动的效果。



——对于开始出现健忘现象的人,进行怎样的指导呢?

告诉他们:“不要断绝与社会的联系,积极参与社会活动就是康复”。不让认知功能下降的最好方法就是会话、交流。出门与第三者交谈很重要。如果对方从事负责任的工作,就告诉他:“不要辞职,请继续工作”。往往有人会说:“我开始健忘,而且年纪也大了,打算辞掉工作”,但是相反。

牙齿也很重要。例如认知症,会有情绪淡漠症状,不参加任何活动,积极性下降。情绪淡漠症状的责任病灶虽然是在前部扣带回这一场所,但是结果发现与舌头的活动、舌压相关。人们普遍认为吃饭时充分咀嚼食物的人富有活力,是健康的,也许这一点能够证明。

此外,用超声波仪器等刺激头部,改善血流和代谢。这是因为,只要脑部血流增加,神经细胞的代谢就会增加,因此有助于改善功能。这一点既在理论上成立,也被基础研究的数据证明。

关于此类疗法,正在进行临床研究。

并且,不要轻信媒体信息也很重要。例如,咖啡因不好、酒精不好之类的说法是相反的(适量摄取时),畅销的鲭鱼罐头,开罐后把鱼肉剔出来或加热,EPA和DHA就会消失,失去抗氧化作用等。希望发挥读写能力。

——首先是交流吧

总之希望进行会话,进行交流。只要保持活动性,就能防止肌肉力量下降,肌少症(肌肉量因年龄、疾病而减少,身体功能下降)、虚弱症(因年龄而产生的全面衰弱)的风险会下降。

现在,我们也在准备活动,推出使用三浦半岛蔬菜的展区,聚集老年人进行交流。总之只要说话、活动就好;不喜欢外出的人,可以让上门护理、上门康复等的人员来,或者邀请朋友到家里做客。

神奈川牙科大学附属医院
认知症与高龄者综合内科

真锅 雄太教授



【简历】

真锅雄太 先生

神奈川牙科大学附属医院 认知症与高龄者综合内科教授/藤田医科大学急救综合内科 客座教授 医学博士/日本认知症学会专业医生兼指导医生/路易体痴呆症研究会 推荐医生/路易体痴呆症支持网络东京顾问医生



☎ 045-905-3365
☎ 045-905-3369

住 横浜市青叶区美之丘5-35-1 2F
休 周六・周日 営 10:00 ~ 17:00



如果本店商品比其他店铺价格哪怕只高出1日元，请告知工作人员。

日本统合医疗学会会员
日本家庭健康器械协会会员
精心家居用品设计研究院
ME-BYO® 未病产业研究会会员
希少糖普及协会会员
路易体痴呆症研究会会员
日本痴呆症预防学会会员
JST 一般社団法人日本自我护理研究会会员

被认定为“身体状态改善器械”的“BIOESPERANZA® Meguribi”系列

“BIOESPERANZA® Meguribi”系列，通过内置在常温下发射的红外线的面料温暖身体，支持女性的美丽。2019年4月被认定为“身体状态改善器械”。



带来美丽和健康的新式美容装

**BIOESPERANZA®
Meguribi 背心**

amazon

一年四季
均可穿着

有男女兼用式和
女式

何谓身体状态
改善器械
认定制度？

由一般社団法人The Japan Home-Health Apparatus Industrial Association审查家用健康器械等的安全性和功能的妥当性，认定达到一定水平的器械等的制度。成为消费者放心确保符合自己需求的器械等的参考标准。



NEW

沉浸在温暖舒适中
**BIOESPERANZA®
Meguribi 面膜**

amazon

轻柔包裹整个头
部和面部

无需维护



NEW

支持脚踝、脚跟、脚底
**BIOESPERANZA®
Meguribi Charger**

amazon

一直温暖到脚尖

也能有效防止脚
跟干燥



给伸展运动用弹力带添加柔和温暖身体功能的QOL商品。
用法丰富多彩，可以缠绕、伸展、固定。

大山良徳先生（大阪大学名誉教授医学博士）监修

**BIOESPERANZA®
万能弹力带**

无限接近太阳的
暖力

伸展的
暖瓶效应

amazon

BIOESPERANZA® 的创始人。山本富造先生（山本化学工业株式会社董事长）讲演会

10/25
(周五)
14:00 ~ 16:00

身体状态改善器械

运用“BIOESPERANZA® Meguribi”系列
的美容法与健康法

※ 讲演内容有可能变更。

【会场】BIOESPERANZA AZAMINO SHOWROOM 36.5° 【名 额】20名

【参加费】免费

【问讯处】BIOESPERANZA AZAMINO SHOWROOM 36.5° (电话：045-905-3365)



讲师：山本 富造社长

利用保持正确体形的泳装来支持练习

只要穿上游泳即可解决下半身下沉的
根本原因！

日本泳联推荐商品
ZERO POSITION系列。



从新手到游泳爱好者



ZERO POSITION MASTERS【男女兼用】

青少年用（120～150），成年人用（3S、SS、S、M、L、O）
※MASTERS与PROFESSIONAL通用的尺寸

成为争分夺秒的游泳选手



ZERO POSITION PROFESSIONAL

通过实现W亲水性来减少水流阻力



MERLIN MACH

成年人用（Jr、Jrt、SS、S、M、L、XL）



Brain & Body Lab™ 神保町展销厅

是诊所、护理设施、体育组织专用的商务谈判空间。
请大家打电话预约之后前来。



0120-728-365

住 東京都千代田区神田神保町2-10
U Bis 神田神保町2楼

不运动就能正式护理身体

Brain & Body Store®BIOESPERANZA AZAMINO SHOWROOM 36.5°，
提供各种身体和头部保健的“被动运动方案”。
利用器械使身体被动地温和运动，因此深受不擅长运动的人士、
认为运动时更衣和重新化妆太麻烦的人士欢迎。
也能坐在轮椅上利用。请大家务必光临一次。

自我护理俱乐部

定额不限量使用的美V “自我护理俱乐部” **女性限定** 无需预约

不擅长运动的人士也能通过被动运动获得必然的美容和健康。
各种会员名额有限，招满为止。

优惠券



出示本杂志！

美V自我护理俱乐部

60分钟体验 免费

截至2019年11月30日有效



入会费 **2,000 日元** (含税)

会员类别	每月会费	〈可利用的时间〉	
		平日 10:00~14:00	平日 14:00~17:00
正式会员 (限定5名)	¥10,800	○	○
平日会员A (限定10名)	¥5,400	○	-
平日会员B (限定10名)	¥5,400	-	○

※ 消费税率自10月起改变。

提供的服务

利用超声波护理头部
Ultra-Ma (头部)



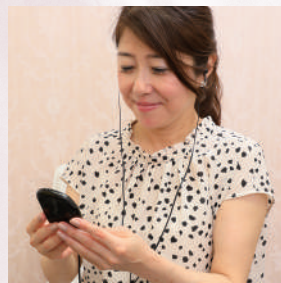
自我护理俱乐部	20分钟
30天收费出租	48,000 日元
展销厅体验	1,000 日元/20分钟

利用超声波使振动传递到深部
Ultra-Ma (身体)



自我护理俱乐部	20分钟
30天收费出租	120,000 日元
展销厅体验	2,000 日元/20分钟

只需听到即可放松
BRAIN ON



自我护理俱乐部	30分钟
30天收费出租	30,000 日元
展销厅体验	500 日元/30分钟

通过舒适的振动温和地揉开肌肉
TAP MASTER



自我护理俱乐部	15分钟
展销厅体验	500 日元/15分钟

通过维护脊椎来保持健康
CERAGEM Master V3



自我护理俱乐部	30分钟
展销厅体验	1,000 日元/30分钟

简单吸入高浓度氢
氢吸入器La Briller LUXE



自我护理俱乐部	15分钟
展销厅体验	500 日元/15分钟

分析骨骼变形和肌肉挛缩
Peek a body



自我护理俱乐部	15分钟
展销厅体验	2,000 日元/次测量 15分钟

利用超声波支持头脑清醒的每一天
FUTAWA SONIC



自我护理俱乐部	单侧 10分钟
---------	---------

保持身体健康的超声波仪器

Ultra-Ma使用的30千赫超声波，属于人耳听不到的频段。通过超声波带来的温和刺激来保持健康。这是与海豚之间在水中发出声波交流时的超声波同等的微小振动，因此不会给身体增加负担。



超声波仪器 Ultra-Ma (头部)

在头前部左右两侧（前额）佩戴30千赫超声波音响振子。在头部左右两侧佩戴音响振子。



超声波仪器 Ultra-Ma (身体)

与头部的仪器相比，在腹部照射约10倍强度的超声波。从0到最大，可以根据自己的喜好调节强度。

Ultra-Ma的开发者 上山制作所 霜鸟良雄社长在
千叶电视台的
《干劲十足的男人 中畑清的
1、2、3 巅峰状态》中出场。
[2019年7月27日播放部分 #144]

可以通过节目视频浏览开发背后的故事、
使用方法等。

详情请通过以下网址浏览。

<http://www.chiba-tv.com/program/detail/1060>

参展第9届“日本认知症预防学会学术集会”

将要参展的第9届日本认知症预防学会学术集会，以“以本人及其家人为中心的认知症预防”为主题，不仅对于预防认知症发病，而且对于预防已发病的认知症恶化，均可获得最新的知识和信息。

■第9届日本认知症预防学会学术集会

会期：2019年10月18日(周五)～20日(周日)

会场：名古屋国际会议

网址：<http://jsdp2019.umin.jp/>



日本自我护理研究会的网站已建成。

日本自我护理研究会的网站已建成。传播关于健康、自我护理、健康器械等的各种信息。

<http://www.japan-selfcare-i.jp/>



第5届“世界帕金森大会”参展报告



许多国内外的学者、医生、患者及其家人到场。大家在研讨会、展区积极收集信息。特别令人惊奇的是国外患者的行动力。不仅有来自亚洲、北美、欧洲的患者，还有从遥远的南美赶来的患者。



正在招募理疗师

Brain & Body Store® 正在招募理疗师。详情请向Brain & Body Store®BIOESPERANZA AZAMINO SHOWROOM 36.5° 咨询。

☎045-905-3365
✉ info@bp-tech.jp

利用镁享受

对人类和地球都无害的 洗澡和洗涤

除臭 异味成分的分解能力高于合成洗涤剂！

除菌 短时间内的细菌抑制效果也很好！

清洗 附着的皮脂、污垢的分解率惊人！
只要使用，洗涤滚筒也会干干净净！

“MAGCHAN”的原料是纯度99.95%的高纯度镁。充分利用镁的特点，即一放入水中就会产生氢气泡，生成碱性氫水，在生活中享受对人和自然环境都无害的洗澡和洗涤吧。



SENTAKU MAGCHAN

对衣物和洗衣机有益的“除臭、清洗、除菌”三大效果。只需与衣物一起放入洗衣机，即可彻底消除室内晾衣的异味。而且，还能逐渐清除滚筒和软管的霉菌和污垢。



Baby Magchan

如果担心普通洗涤剂中含有的界面活性剂、香料等化学物质、自来水中含有的残留氯对肌肤的影响，希望进行对婴儿无害的洗涤，建议使用本产品。



LAUNDRY MAGCHAN

用高纯度镁替代洗衣粉和柔软剂，彻底清除污垢和异味。异味成分的分解能力约为合成洗涤剂的10倍。最适合敏感肌肤者的洗涤、无农药有机棉的洗涤。



BATH MAG

只需在洗澡前放入浴缸，就会用镁营造弱碱性离子洗澡热水的氢浴缸。因为镁是一种天然材料，所以婴儿和敏感肌肤者也能放心使用。

amazon

Intelligent AI Smart Display “Smart-Com”

3D声音的 康复音乐等，用途丰富多彩。 新型AI扬声器“Smart-Com”



最近经常听到“AI扬声器”，iXOS公司推出了新型“AI扬声器”。

其名称也是“Smart-Com”。该名称来自于“Smart Combo(组合)/Computer(计算机)/Communication(交流)/Concierge(礼宾)”，因此这是一款功能丰富的扬声器，如照片所示，在中央配置显示器，也能目视确认。

薄型(3cm)、A4尺寸、1.6kg，很轻巧，可以根据室内情况设置，即可放在桌上也能挂在墙上。

生眷恋之情。

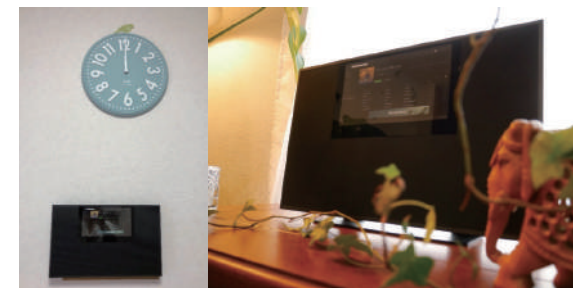
另外，“Smart-Com”还能提供被编码为3D声音的乐曲、音源，可以欣赏悠扬的3D声音。可以体验身临其境般的声音，包括自然声音、交响乐声音等。



具备AI功能的学习的扬声器

因为“Smart-Com”是AI扬声器，所以具备学习功能。通过与其他服务组合，还能根据情况选择喜欢的声音、音乐，捕捉周围声音的变化。据说今后将普及下一代通信标准(5G网络)，具备此类AI功能的扬声器，用途会日益广阔。

本产品的上市时间未定，但是今后计划众筹，还打算在Brain & Body Store®展示。



利用动听的“声音”放松、焕发活力

“声音”对我们的生活是不可或缺的。不仅有音乐，也有任何人都喜爱的声音、令人心旷神怡的声音，包括波浪声和小鸟鸣叫声之类自然声音等。而且，只要听到过去的声音就会想起当时的情景，产

来自管理营养师的

秋季营养 一点建议



管理营养师 友安 真梨
资格：营养师、管理营养师

秋季是食欲旺盛的季节！板栗、柿子、梨、蘑菇等时令果蔬大量上市的季节到来了。虽然想说：“其中最有代表性的秋季美食还是秋刀鱼！”但是这次要聚焦一下同样是在秋季上市的秋鲑！鲑中含有一种叫做虾青素的红色素，虾青素的抗氧化力达到维生素C的6000倍。这种强大的抗氧化作用，具有促进眼睛的新陈代谢，减轻疲劳的功效，因此对于现代人因为智能手机和电脑造成的眼睛疲劳很有效果。此外，虾青素的强大抗氧化力具有抑制老化因素“活性氧”的功效，也有助于防止老化！并且，鲑中还富含维生素D和胶原蛋白，维生素D具有帮助吸收钙的功效，而胶原蛋白具有美肤的功效。将这种尽善尽美的鲑鱼带皮制作成“奶油煮鲑鱼”怎么样？与钙质丰富的牛奶和富含促进吸收胶原蛋白的维生素C的西兰花等蔬菜一起做成“奶油煮鲑鱼”，还能充分有效地摄取虾青素、维生素D、胶原蛋白，以及鲑油中所含的DHA和EPA！请大家务必尝试一下。

iXOS株式会社

法人代表 董事长 中岛 幸一

业务内容 Intelligent AI Smart Display的开发、制造及销售