



平成二八年度

セオ薬局お客様
健康勉強会その②

熊本地震から一ヶ月。

梅雨入り前の不順な気候が続く中の平成二十八年五月十九日（木）、今年第二回目の「お客様健康勉強会」が金生町ビル八階で開催され、十五名の御参加をいただきました。

『天然アミノ酸で健康寿命を延ばそう』と題し、牛津製薬株式会社、中村尚太先生のお話です。

天然アミノ酸で 健康寿命を延ばそう！



「天然アミノ酸で健康寿命を延ばそう」
講師：牛津製薬株式会社
中村 尚太先生
平成 28 年 5 月 19 日（木）
金生町ビル 8 階

天然アミノ酸の力！

信頼と実績のレバコール

「レバコール」は、昭和三十七年の発売以来、五十数年間一貫した製法、

成分で、沢山の方々に愛飲され続けている、ロングセラーの医薬品総合栄養剤です。

清浄な水と空気の中、佐賀の工場で生産される「レバコール」は、一本釣りで枕崎に水揚げされる、新鮮な『カツオの肝臓エキス』パンリバー（天然アミノ酸）を主成分として、不足しがちな8種類のビタミン群や、9種類のミネラル、貧血に良い鉄分等々、豊富な成分が配合されています。

食の五大栄養素（タンパク質、炭水化物、脂質、ビタミン、ミネラル）の中でも特に、タンパク質は体の組織そのもの（胃腸、肝臓、心臓等の内臓、血液やホルモン、筋肉や骨格等々）を造り上げるものですから、十分に摂る必要があります。

天然アミノ酸たっぷりの総合栄養剤レバコールは、まさに即戦力！

『飲む点滴』と言われる所以です。

健康寿命って何？



医療の進歩等で、日本人の平均寿命は

飛躍的に延びました。

男性 80・5 歳、女性 86・8 歳

H26 年厚生労働省発表より

健康寿命とは、文字通り、健康な状態で日常生活を送れる期間の事です。

WHO の発表によると二〇一三年時、日本人の健康寿命は、男性 71・1 歳、女性 75・5 歳との事です。

平均寿命が延びた高齢化社会では、健康寿命以降の「不健康な状態」の長期化が、深刻な問題となっています。

介護予防には、運動＋栄養

要介護や、要支援の原因の一つに、フレイル（筋力や心身の活力が低下した状態）が挙げられます。

フレイルは、近年耳にする様になった言葉で、「日本老年医学会」が提唱しているものです。

もとは Frailty 弱さ・虚弱という意味の英語から来ています。

フレイルは、身体的フレイル、精神・心理的フレイル、社会的フレイルの3つの側面から成り立っています。



問題は、この3つが、それぞれに影響を及ぼしあうと、負のスパイラルを形成するという事です。

高齢者の多くは、フレイルの段階を経て要介護状態になるので、早期発見して対処する事が必要です。

身体的フレイルの主な原因がサルコペニアです。サルコペニアは、ギリシヤ語でサルコ「肉」、ペニア「喪失」で、「**筋肉の喪失**」という意味の造語です。筋肉には、身体を動かす他に、糖の代謝、免疫細胞の強化等、重要な働きが沢山あります。

筋肉を強化し、筋肉量をしっかりと維持し増やす事が、寝たきり予防や健康長寿につながるのです。

「介護予防には、筋肉強化が大事！」との認識はしっかりと広まり、熱心に運動やウォーキングをされる方は多いようです。しかし、栄養不足のまま運動すると、十分な効果がない上に、却って有害な場合もあります。

筋肉をつけて、介護予防する為には、運動に加えて、タンパク質やビタミン

D等の栄養を、十分に摂る事が必要なのです。

レバコールで筋力・骨力アップ！ 健康寿命を延ばそう。

加齢に伴い、消化吸収力が落ちてくると、食欲も落ちてきます。さっぱり、あっさり、食べやすい物を好み、バランスの良い栄養が摂りづらくなります。特にタンパク質の摂取は、不足しがちです。

加齢と共に増加する、転倒や、女性の骨折リスクを軽減する為に、十分な栄養摂取は必要です。

血液検査の**血清アルブミン値**は、栄養のバロメーターです。血清アルブミン値が低いと、**認知症、脳卒中、心臓病**等のリスクも、格段に高くなります。

医薬品の総合栄養剤**レバコール**は、栄養素そのものですから、消化吸収の効率が良く、衰えた胃腸や身体負担になりません。

良質のアミノ酸やミネラルで、胃粘膜を守り、弱った胃腸を補い、肝機能を

高め、筋肉や骨格を丈夫にしてくれます。豊富に含まれる鉄分は、貧血予防になります。又、アミノ酸は、神経伝達物質の原料でもありますので、鬱や認知症予防にも効果的です。

レバコールは、健康寿命を延ばして、高齢期を元気にはつらつと生き抜く為の、強い味方なのです。

《あとがき》

セオ薬局でも一二を争う人気商品の「レバコール」とあって、皆様熱心に御聴講下さいました。

理知的で、安定感のある、中村先生の講義も健在でした。いつも優しくご教示下さり、ありがとうございます。

奇しくもこの日は、レバコールの製造会社、牛津製薬の創立記念日だったそうです。

過去に経験のない、超高齢化社会を迎えた日本。健康寿命を延ばして、「生涯青春」

「生涯現役」でいる為に、医薬品の総合栄養剤**レバコール**を御活用下さいませ。

