

# つじなが便利



第176号

発行日 H23. 6. 1

発行 辻中眼科

編集担当者 古川 花奈

TEL 0584-66-2600

○診療時間 月・水・金 → 午前(9時~12時) & 午後(3時30分~6時30分)

火・木・土 → 午前(9時~12時)

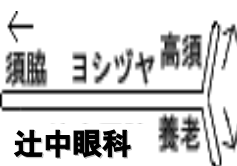
○休診日 日曜・祝祭日・火、木、土曜日午後

○ホームページアドレス <http://www.tsujinaka.jp>

つじなが便利

検索

← クリック!



辻中眼科

養老

○Eメールアドレス [tsuji\\_con@mti.biglobe.ne.jp](mailto:tsuji_con@mti.biglobe.ne.jp)

## 友好

院長 辻中まさたけ

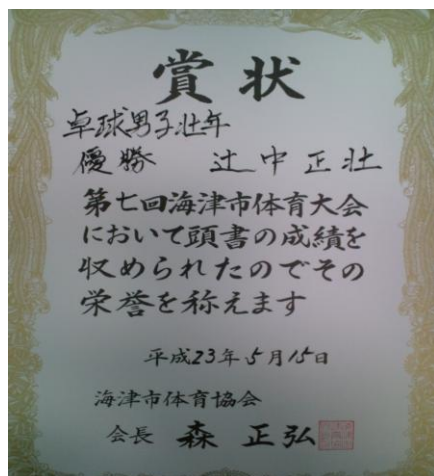
本日は朝早く起きて、海津市卓球大会に参加してきた。前日まで天気がよさそうなので山にトレッキングに行こうかどうか悩んだのだが、近くの平田町体育館で行われるということもあり、やはり頑張っていくことにした。

まず、上手いグループとやや落ちるグループに大きく分かれる。そして、さらに2グループに適当に分かれ、その中でのリーグ戦、そして決勝である。

5年ぐらい前に一度参加して上手いグループに入り打ちのめされた覚えがある私は、やや落ちるグループに入り新聞に名前が載るのを第一の目的とした。そして計算通り、リーグ戦で全勝させていただいた。

最後にもう片方のグループの一番の方との決勝戦である。相手は私と同じ様に中国式ペンホルダーを使う本当の中国人の方である。中国といえば、卓球は昨日までテレビの世界選手権で放映されていてわかる通り国技みたいなものである。

よって、最初はビビリながら対戦させていただいたが、案外と楽に勝たせてもらえた。大袈裟な表現だが、大相撲で外国人力士が日本人力士に勝つみたいなのなのだろう。



相手は「日本に負けた」、と言っていた。試合が終わって話しかけてみると、わりと日本語が上手く、礼儀正しい、とても良い中国の方であった。新聞に名前を載せようとする自分のよこしまな考えはつまらなくなった、ほのぼのとした日中友好の日になった。

平成23年5月15日

## お知らせ

**6月16日(木)は院長が学会出席のため、  
休診とさせていただきます。**

**ご迷惑をお掛けしますが、よろしく  
申し上げます。**

## 院外処方箋のお話

当院では、かかりつけの薬局で薬をいただける院外処方箋の発行をおこなっております。ご希望の方は、受付までお申し付けください。



イスラエル・死海

# ドナリエラバーダウィル

イスラエルの死海は、塩分濃度が30~35%もあるため、一般に生物は生息できません。この過酷な環境下で生育している微細藻類がドナリエラバーダウィルです!!

- 緑黄色野菜や果物が推奨されるのは、天然型β-カロチンが含まれているからです。
- イスラエルの死海に唯一生息出来るドナリエラバーダウィルには、天然型β-カロチンが、ニンジンの約900倍も含まれているのです。
- アンチエイジングにも注目されています。

## 安全な食品として認められてるからとても安心!!

- ・ FDA に機能性食品として安全性が認められています。
- ・ GRAS 物質として承認登録されています。

※ GRAS とは、米国 FDA が、認証する食品安全性に関する独自の審査制度です。厳格な審査により、安全性が保障されている食品または、食品化学物質として、国際的に広く認められています。食品または、その原料を販売する場合は、「GRAS 物質」である事が望ましいとされており、1997年より自己認証に基づく米国 FDA への届け出制が、導入されています。

摂取量	3カプセル
熱量	6kcal
たんぱく質	0.3g
脂質	0.21g
炭水化物	0.3g
ナトリウム	31.8mg
β-カロテン	57,300μg

(1日目安=3カプセル)

＝原材料＝  
 ・β-カロテン含有  
 ドナリエラバーダウィル粉末  
 ・硬化なたね油  
 ・ゼラチン  
 ・シヨ糖脂肪酸エステル  
 ・グリセリン  
 ・大豆油抽出物



厚生労働省の健康日本21によると、緑黄色野菜とは可食部100g当たりβ-カロチンが600μg以上の野菜と定義付けられています。

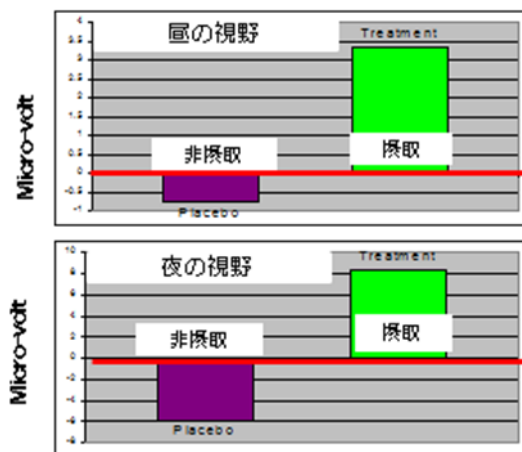
### ドナリエラ3粒に相当する野菜のカロテン量比較 (五訂日本食品標準成分表に準じて収載)



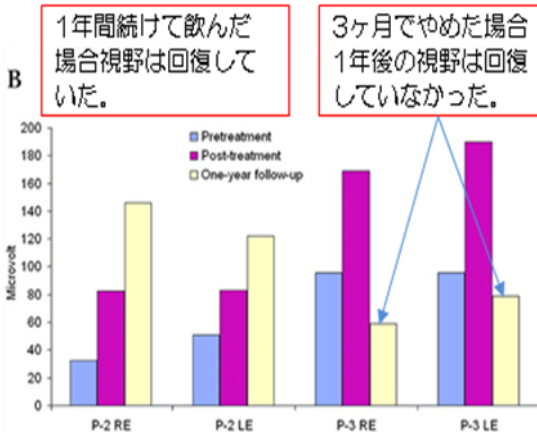
## パッと広がる・瞳いきいき明るい世界!!

- ドナリエラバーダウィルが、遺伝や加齢による酸化障害から眼を護り、視野を保護するという発表がありました！（2010年シカゴでの眼科学会より）
- ドナリエラバーダウィルは、塩分濃度30～35%もあるイスラエルの死海でも生育出来る生命力を持った“藻”の仲間です。
- 9-シスβ-カロチンをはじめ、緑黄色野菜とは比較にならない程豊富なカロチノイドを含む微細藻類です。

### 網膜色素変性症に対する昼夜の視野変化



### 3ヶ月と1年摂取での視野回復の比較



## みなさまからの作品等を募集

つじなか便りでは、皆様からの作品を募集しております。  
俳句・短歌・写真・絵画・花など、お気軽に受付まで、お待ちしております♪