

## みと・あかつかカンファレンス

---

**差出人:** みと・あかつかカンファレンス <admin@kankan2025.jp>  
**送信日時:** 2019年4月29日月曜日 21:15  
**宛先:** 'info@ajha.or.jp'; 'hokkaido@yomiuri.com'; 'hakodate@yomiuri.com';  
'asahikawa@yomiuri.com'; 'kushiro@yomiuri.com'; 'otaru@yomiuri.com';  
'kitami@yomiuri.com'; 'tomakomai@yomiuri.com'; 'iwamizawa@yomiuri.com';  
'aomori@yomiuri.com'; 'morioka@yomiuri.com'; 'tohoku@yomiuri.com';  
'akita@yomiuri.com'; 'yamagata@yomiuri.com'; 'fukushim@yomiuri.com';  
'mito@yomiuri.com'; 'utsunomiya@yomiuri.com'; 'saitama@yomiuri.com';  
'chiba@yomiuri.com'; 'tomin@yomiuri.com'; 'koto@yomiuri.com';  
'musasino@yomiuri.com'; 'tachikawa@yomiuri.com'; 'hachioji@yomiuri.com';  
'yokohama@yomiuri.com'; 'niigata@yomiuri.com'; 'toyama@yomiuri.com';  
'kanazawa@yomiuri.com'; 'fukui@yomiuri.com'; 'kofu@yomiuri.com';  
'nagano@yomiuri.com'; 'gifu@yomiuri.com'; 'shizuoka@yomiuri.com';  
'chubu@yomiuri.com'; 'tsu@yomiuri.com'; 'otsu@yomiuri.com'; 'kyoto@yomiuri.com';  
'osaka2@yomiuri.com'; 'kobe@yomiuri.com'; 'nara@yomiuri.com';  
'wakayama@yomiuri.com'; 'tottori@yomiuri.com'; 'matsue@yomiuri.com';  
'okayama@yomiuri.com'; 'hiroshima@yomiuri.com'; 'yamaguchi@yomiuri.com';  
'tokushim@yomiuri.com'; 'takamatsu@yomiuri.com'; 'matsuyama@yomiuri.com';  
'kochi@yomiuri.com'; 's-syaka1@yomiuri.com'; 'saga@yomiuri.com';  
'nagasaki@yomiuri.com'; 'kumamoto@yomiuri.com'; 'oita@yomiuri.com';  
'miyazaki@yomiuri.com'; 'kagoshim@yomiuri.com'; 'naha@yomiuri.com'  
**CC:** '日本栄養士会'; '日本医師会'; '日本薬剤師会'; '日本歯科医師会'; '日本看護協会'; '日本理学療法士協会'; '日本作業療法士協会'; '日本社会福祉士会'; '日本介護福祉士会'; '立川 晶'; '朝倉 洋';  
'生田 弦己'; '江川 剛正'; '佐藤 仁彦'; '越田 普之'; '平野 有紀'; '大林 広樹'; '茨城県警察本部';  
'クローズアップ現代 +'; '湯川 英俊'; '池田 剛士'  
**件名:** 通達 (みと・あかつかカンファレンス) \*メディア対策室 ; 安倍晋三 首相案件 (ムチン騒乱) 【信用失墜行為】#消費者庁長官指示

四病院団体協議会 御中

学術秘書  
池田です。

検事総長に指示し、騒乱罪（刑法 106 条）で公訴いたします。

例) 一般財団法人 脳神経疾患研究所 総合南東北病院：〒963-8052 福島県郡山市八山田七丁目 115 番地



患者さん・市民の方へ

医療機関の皆様へ

当院について

活動・イベント案内

医療情報・お知らせ

総合南東北病院トップページ > 医療情報・お知らせ > 広報誌 南東北

## 広報誌 南東北

▶ 広報誌 南東北

▶ 広報誌 SOUTHERN CROSS

▶ 健康情報 こんにちわ

▶ ご意見箱

▶ 放射線医学用語集・英

 南東北病院グループ



### 陽子線治療

切らずに治す  
最新のがん治療法



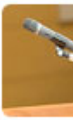
### PET検査

早期発見に力を  
発揮するがん検査



### 人間ドック

一歩進んだ  
健康チェック



## モロヘイヤ

### > 老化防止に効く「王様の野菜」、葉酸多く妊産婦におすすめ

エジプトやアラビア半島などで古くから日常的に食べられていた緑黄色野菜の1種です。重病を患ったエジプト王がモロヘイヤスープを飲んで治ったという故事もあり、アラビア語で「王様の野菜」を意味します。日本に入ってきたのは1980年代ですが、健康志向の高まりから青菜類が少ない夏の「夏バテ改善」に役立つと注目されています。

#### 【栄養成分】

栄養価が高いことで知られるホウレンソウやコマツナより多くのカルシウム（100g中260mg）、カロテン（同10000μg）が多く含まれています。カルシウムは中枢神経を鎮め、イライラ感や過敏症を抑える働きもあり、ストレス緩和に効くほか骨粗しょう症にも有効です。カロテンは体内でビタミンAに変わり血管などの粘膜を丈夫にし、細胞の老化を遅らせるので老化防止にも有効です。

においやクセもないので食べやすい野菜ですが、特徴的なのは刻むと粘りが出ることです。この粘りは**ムチン**やマンナンといった水溶性多糖類で糖の吸収を遅らせ血糖値の上昇を抑える働きがあります。

#### 【食べ方・調理のポイント】

選ぶときは、葉がしっかりしていてつやがあり、茎が柔らかいものを選びましょう。おひたしや和え物、炒め物、天ぷらなどに利用されるモロヘイヤに含まれる食物繊維を活かしたモロヘイヤ+ヨーグルトジュースもお勧めです。整腸作用のあるヨーグルト、美肌効果のある蜂蜜とミキサーにかけ簡単に作ることができ、肌のトラブル解消にも役立ちます。栄養を豊富に含んだモロヘイヤ。葉酸も多く含むため妊産婦野菜です。

（参考：食品成分表 菜

<http://www.minamitohoku.or.jp/information/minamitohoku/201508/memo.html>

四病院団体協議会（四病協）：

<http://acsec.jp/cast.html>

理由：

<https://www.kitasato-u.ac.jp/sci/univ/chemistry/news/n20190125.html>

<http://nokyoko.jp/#reiwa>

<http://acsec.co.jp/#首謀者>

では。

この件に関するお問い合わせ先：

みと・あかつかカンファレンス事務局長  
ラクトース研究班「いもいち 2025」班長代理  
有限会社学術秘書

本店営業部

池田剛士

〒311-4141

茨城県水戸市赤塚 1-386-1-107

電話：029-254-7189

携帯：090-4134-7927

-----  
追補：訂正報道新着

<http://kankan2025.jp/>