



毎日良いお天気で気持ちが良いですね
GW、旅行やショッピングやゴルフに出かけて下さいね♪

さて、読者の中でもガラケーとやらを利用されている方も多いかと…
ガラケーとは略語ですが、要はスマートフォンが出る前の普通の携帯電話の事です

このガラケーが2017年以降に生産終了になる事に…
機能は至ってシンプルで、音声通話とメールを主な機能とした携帯電話です
スマートフォンの利用者は全体の6割で、ガラケー利用者は今でも4~5割
生産終了の事実が判明してからというもの惜しむ声が相次いでいます

このガラケー、料金プランが安いのも人気の理由でしたが
音声通話しか利用せずガラケーさえも便利に使えていない…

そんな高齢者の方が沢山いらっしゃいます
料金プランまで無くなるとなれば…非常に辛いモノがありますね
今のうちにガラケー買いだめ!?

~5月号掲載内容~

- *世界は今…
- *日本経済
- *第3の矢を
- *規制が、官僚が、役人が邪魔をする
- *米国の現状
- *中国は今…
- *アジアインフラ投資銀行 AIIB
- *こんな見方
- *日本に対し
- *ASEANと中国
- *韓国の若者は今…
- *中国というのはこんな国
- *ロシア~行くなら今だ!!
- *薬の飲み方
- *サプリメント
- *遺伝子検査

世界は今…

現在の世界は米国が主導し、世界の警察官を名乗っていた時代から大きく変わろうとしているのではないのでしょうか…或いは次は私の国だと虎視眈々と狙っている国があります。この国は言わずと知れた国…それは中国です。

英国が言うに及ばず米国もまたユダヤ社会に牛耳られてきましたが、米国といっても一つの国家としてではなく、ユダヤの金儲けの手段として利用されてきた国と言っても過言ではありません。その米国の国力が衰えロシアのクリミア問題ではプーチン首相に見透かされ、中国には米国債を売ると脅かされ、何一つ国際問題を解決出来なくなっている事は事実として証明されています。

米国が主導する世界から中国がこの機会を逃さずとばかりに、正に中華思想を基軸に打って出る政策を取っています。この政策の手段としては中国から伝わる「兵法(?)」の考え方を利用し、何でもござれ「騙す」「脅かす」、それから何にでも理屈を付け我が中国の言う事は正しいとばかりに強弁し、領土の侵略、投資という名の乗っ取りで権益を拡張しています。「出る杭は打たれる」というように各国から反発も出ています。

しかし、可笑しなこともあり欧州はむしろ中国の台頭を歓迎(?)しているかのように振る舞いどうにも解せませんが、例を挙げればA I I B (アジアインフラ投資銀行)に参加の表明です。自国の利益ばかりを優先し米国とおさらばか、或いは一定の距離を置くようになってきています。

どちらも計算高い人種の「中国人」と「ユダヤ人」…対決は如何に!!

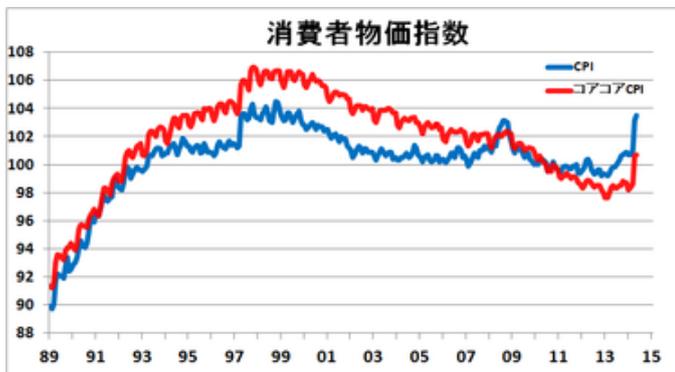
日本経済

このところ株価は 20,000 円を超える事が多く、経済が良くなったと言う人が増えてきました。本当に経済が好転して景気が良くなって来たのでしょうか!? 企業家の皆さんはいかがですか? サラリーマンの方もいかがですか?

安倍首相は株価が上がり企業の業績も上向きだから給料を上げなさい、そうすると景気もより一層良くなると吹きまわっています。確かに給与を上げる事は景気刺激策としての一面が大いにあります。

3月の内閣府発表の景気の現状判断指数の発表によると「3ヵ月前と比較しての景気の現状に対する判断DI(参考参照)は52.2ポイントとなりました。家計動向関連、企業動向関連、雇用関連の全てのDIが上昇した事から、前月を2.1ポイント上回り4ヵ月連続の上昇となった、また横這いを示す50を2ヵ月連続で上回った」としています。

しかし、何かしら不安を感じる事はないですか? その不安とは何ですか?



政府は金融の超緩和を日銀に求め、日銀の黒田総裁はこれを良しとしてインフレ率目標を2%と設定してきました。黒田日銀総裁は4月23日午前の参院財政金融委員会で「円安を充てにして金融政策を運営している訳ではない」と語りました。「原油価格の急落を受けて物価上昇率は鈍化を続けているが、原油安そのものに対応して金融政策を動かす事はない」と述べる一方、

「原油安がインフレ期待に影響するリスクがあれば政策対応する」などと認識を示しています。

要は為替や原油安でインフレ目標が2%となっていますが、金融政策は物価安定が目標と言いたかったのでしょうか。しかし、消費者物価指数において生鮮食料品を除く総合(コアCPI)或いは食料(酒類を含む)及びエネルギーを除く総合(コアCPI)の数値を見ると、明らかに2%を超えているのが分かります。

そうすると、何が原因で景気が実感として感じられないのだろうか…?

「金融緩和は直接に需要を生み出していない」言い換えれば需要がないという事ではないでしょうか!?

第3の矢を…

安倍内閣は第1から第3までの矢を放つと言って第1の超金融緩和、第2の財政のフル出動を回ってきました、要するにお金を沢山ばら撒いて、仕事も土木建築関係は政府が出しましょうと言って来ました。しかし…何か不安を感じるのです。それは第3の矢(日本再興計画)です。これが現在のところ中途半端でないでしょうか!?! やっている事が遅くありませんか!?!

読者が知っている政府の政策を具体化しているものを少し書き出してみましよう。

「電力の自由化」「農協改革」「健康長寿社会へ」くらいは誰でもが知っていますが、これをやれば間違いなく景気が良くなるという大きな政策を聞いた事はありません。電力の自由化とて電力会社を選べる時代がやってきますが2016年からです。農協改革もまた2019年までに一般社団法人化だと言います。

確かに今まで叫ばれてきた事を改革するのは確かですが、直ぐに、或いはこれで景気が良くなるとは考え難いものです。どうもこれだけでは景気が素晴らしく良くなるとは考えられず、経済構造を改革する第3の矢は中々放たれたという感がありません。

規制が、官僚が、役人が邪魔をする

現在の社会ではこれが何だからと規制をします。その規制の為の第2の役所である「特殊法人」など下請け機関を作ります。一旦作れば天下りし必要無くなっても中々廃止しないのは規制が役人の活躍する場だからなのです。規制の中で資格を例に挙げてみましょう。

福祉関係の仕事では介護福祉士、ホームヘルパー、ガイドヘルパー、社会福祉士、精神保健福祉士、児童指導員、介護士、看護師、理学療法士、作業療法士等々書ききれない程あります。一体どれだけの資格があるのか…必要なのでしょうか!?!

資格も一つの規制です、この規制を喜ぶのは官僚で、規制を緩くしてもらおうと困るのは役人官僚なのです。政府の本当にやりたい事を首相自らリーダーシップを発揮して欲しいものですね。

そして景気が実感できるまでに早くなってもらいたいものです。

参考)DIとは…ディフィジョン・インデックスとは景気の拡大(拡張)を示している指数の事
50%が景気回復(拡張)と悪化の判断を示す境目です

米国の現状

先月号に記載のとおり、世界で「警察官を放棄した米国」米国内だけでなく各国に足元も見られて動きが取れないのが米国の現状です。

そこで考えたのがキューバのテロ支援国家解除です。国内的にも国際的にも起死回生の一步というところでしょうか。キューバ問題を復習してみましよう。

キューバ問題は1959年1月、親米政権を打倒したフィデル・カストロ首相の時代から始まっています。米国の大統領はアイゼンハワーでした。1961年ジョン・F・ケネディ大統領がカストロ政権を打倒する為に暗殺計画などを実施しました。このような状況の下でソビエトに接近したカストロ首相は、武器の供与をソビエトに要求しソビエト製核ミサイルを配備しました。1962年準中弾道ミサイル、中距離弾道ミサイルを発見しました。

ケネディ大統領は10月22日、全米にテレビ演説しキューバにミサイルが持ち込まれた事実を発表しソビエトを非難しました。米軍軍隊はデフコン3(戦争準備態勢5段階の内3)とし、核弾頭搭

載のミサイル発射準備、日本、トルコ、英国の基地も臨戦態勢に入りました。

米国u-2偵察機がキューバ上空で撃墜されたのを受け、米国海軍はソビエト潜水艦に爆雷を投下、攻撃を受けた潜水艦は核魚雷の発射を決定されそうだったが、潜水艦参謀の強い反対で核戦争は回避されました。正に一触即発で核戦争が勃発するところだったのです。

時の首相であるソビエトのフルシチョフ首相はケネディ大統領の条件を受入れ、キューバのミサイル基地やミサイルを解体し、ケネディ首相もキューバに侵攻しない事を約束しました。

その後、これを契機として首脳同士が直接対話するホットラインが両国間に引かれました。

1882年、米国政府(レーガン大統領)によるテロ支援国家に指定されました。

キューバは現在フィデル・カストロの跡を継いだ弟のラウル・カストロ第2代国家評議会議長兼閣僚評議会議長が国を治めています。

キューバはカリブ海にあるラテンアメリカの共和制国家で島国です。

米国政府は1982年、キューバが当時のソビエト連邦の武器をテロ組織に渡し、中南米で反米のテロリストの訓練を行っているなどとしてキューバをテロ支援国家に指定してしまいました。

オバマ大統領は米国議会に通知した文書の中で、キューバ政府が過去6カ月の間国際的なテロ組織を支援しておらず、将来に渡ってもそうした恐れが無い事が確認されたとして、キューバに対するテロ支援国家の指定解除を承認したとしています。実際に指定が解除されるのは45日前後になります。今回のテロ国家解除はオバマ大統領の小手先の政治である事は間違いがなく、この小手先政治が現在の米国を弱くさせたと言っても過言ではありません。

中国は今…

中国は4月16日までに中国を起点とし欧州に向けて陸路と海路でインフラ整備を進め、巨大な経済圏を構築する新シルクロード(一带一路)構想のイメージ図を公表しました。



2013年秋に習近平主席が打ち出した構想に当初含まれていなかった南太平洋までのルートが延伸されています。地図はフィリピン・ベトナム・ブルネイなどと領有権を争っている南シナ海も明記されました。この海路の構想は経済のみでなく、中国にとって安全保障の問題も解決する狙いがあります。

中国が輸入する原油の8割は米国が事実上コントロールするマラッカ海峡を通過し、海路が出来ればマラッカ海峡を通らず中国国内に運び込めるのです。

先に示した真珠の首飾り作戦では、スリランカ、バングラデシュ、ミャンマーなどを通るルートに今回訪問したパキスタンもその一環なのです。

AIIB(アジアインフラ投資銀行)に57ヶ国が参加表明し、今年業務開始が決まり資金目当てではないでしょうか。まず、このシルクロード構想(作戦)を手始めに中国人民銀行が独自に2014年4月末に創設したシルクロード基金を通じて、パキスタンに水力発電建設に投資する事を決めました。

シルクロード基金とは、中国がアジアインフラを整備する為に2014年に創設したファンドで外貨準備等から400億ドル(約4兆8千億円)を拠出し、アジアインフラ銀行とは異なり中国独自の政策判断で投資先を決めるものです。所管：中国人民銀行

アジアインフラ投資銀行 AIIB

中国が提唱し主導設立を目指しているアジア向けの国際開発機関で、2015年に業務の開始を予定しています。現在は57カ国がメンバーとなっています。(内2カ国は申請中)

日米が主導するアジア開発銀行(ADB)では賄いきれないと増大するアジアのインフラ資金ニーズに代替・補完的に応える事を目的として提唱したものの。

当初、東アジアや東南アジア以外の国は参加しないと推測されていましたが、創設メンバーとしての期限である3月31日までにイギリス、ドイツ、フランス等の欧州主要国を含む5大陸51カ国が参加を表明しました。

ADB(アジア開発銀行)の筆頭出資国である米国と日本はガバナンス(統治能力)がなく、出資の透明性に欠けるなどの理由でAIIBへの参加を表明していません。

資本金は当初500億ドルで最終的には1000億ドルですが、出資の75%はアジア地域、残りの25%は以外の地域から調達します。

解説)

AIIBの設立目的は設立準備委員会の委員長である金立群氏は「既存の国際金融機関では、それらを主導する欧米諸国の意向を強く反映されて、必要な改革が出来ないので新たな国際機関を設立することは必要である」と述べていますが、要は先進国である欧米の傲慢な態度なので主導権が全く中国にないことを嫌っているのです。

中国は世界第2位のGDPを誇りますが発言力は弱く、それなら新しい発言力のある銀行を創る…賛成してくれる国は手を挙げなさい…これが同調者です。もっとも世界の経済は日米欧の中央銀行の超金融緩和政策によって短期流動資金は十分に供給されていますが、必ずしも長期性のインフラ投資に結びついていません。長期投資資金の需要が必要な事も確かなので、そこに目を付けたのが中国ですが裏には一体何があるのでしょうか。

現在まで下記にあるような金融に関する国際機関がありますが満足出来ませんでした。世界は米国主導で低開発国は何もかも従い援助を受けてきました。しかしここに来て米国の国力が弱くなってきたので、それでは…と各国は自国の利益の為に参加を表明したのではないのでしょうか!?

これに反対して入らないのは米国の権益を害すとして米国、これにポチのようにしがたっている日本だけです。

中国には何かある、見返りを求めないのか!? こんな事は当たり前でハッキリしています。それはシルクロード構想の実現であり、先に述べた中国人民銀行のシルクロード基金の補完にほかなりません。これによって中国の権益を伸ばそうとしている事に間違いはなく、また日本が加入しない事を意思表示しているガバナンスがありません。…と言うのは次の理由からでしょう。

金立群臨時事務局長は「世銀やADBと異なり本部駐在の各国政府代表者(理事)を置かず、各国代表は政策と融資計画をあらかじめ承認・決定し、それが一定期間のあいだ実際に成果が挙がっているかどうかを確認し、経営陣は評価すべき」だと述べています。

これは常駐の理事による日常的な業務のチェックや融資条件ごとの判定、決裁は理事抜きで行うという事になりますが、裏を返せば中国主導という事で、悪く言えば勝手になるという事でしょう。中国の言う事を聞かねば融資はしませんよ…という事にならないのでしょうか!?

この上に中国の出資比率は、多分50%以上になるでしょう。そうすると議決権も同様に過半数を持つ事になります。米国の国債の多くを持っている中国、決して日本のように黙っている国ではありません、これから見守っていかねばならないでしょう。

アジアに関する情報、ご意見、ご相談、またはご意見等々お待ちしております。

投稿先 : info@ibia.or.jp

国際金融機関の概要

	国際通貨基金(IMF)	世界銀行	アジア開発銀行(ADB)	BRICS銀行	アジアインフラ投資銀行(AIIB)
創立年	1944年	1944年	1966年	2015年以降	2015年
所在地	米国・ワシントン	米国・ワシントン	フィリピン・マニラ	中国・上海	中国・北京
代表者	仏国・ラガルド専務理事	米国・キム総裁	日本・中尾総裁	初代総裁・インド人	初代総裁・中国人(予定)
加盟国数	188カ国	188カ国	67カ国・地域	5カ国プラス	22カ国(2014年12月現在)
主要出資国	米・日・独・英・仏	米・日・中・独	日・米・中・印	中・印・伯・露	中・印・尼・泰
資金規模	出資割当額: 3680億ドル	資本金: 2830億ドル	資本金: 1635億ドル	資本金: 500億ドル (7年間で1000億ドルに拡大)	資本金: 1000億ドル(当初500億ドル)
業務内容	マクロ経済安定、 金融危機への対応	経済発展・貧困削減のため の融資、政策助言	経済発展・貧困削減のため の融資、政策助言	アジア、アフリカ、中南米など 途上国のインフラ開発	域内のインフラ開発



習近平主席と投資銀行設立のための会合

パキスタン・フセイン大統領

こんな見方

中国経済は1月から3月期のGDP(国民総生産)が前年比7.0%増と景気の減速が止まらず、特に地方経済は壊滅といっても良い状態です。中国は供給過剰と需要低迷に陥っており、不動産を例に挙げると顕著です。

1月から3月期n前年同月比での住宅着工面積は20.9%も減り、地方都市では建設ラッシュの高層マンションのゴーストタウン化が多く見られます。

工業生産の伸びも6.4%と14年の8.3%から鈍化しました。最も中国の統計ほど当てにならないものもありませんが…。

また、米財務省の4月16日の発表によると、日本保有の米国債の保有高は2月に中国を抜いてトップになり、これは2008年以來の6年半振りです。この理由は中国から1月に52億ドル(約6245億2700万円)を売却し、5ヶ月連続の売却となり外貨が流出しました。それは国内では景気が悪くなり人民元高を抑制してきた米国債購入が、反対に中国政府は米国債を売り人民元で買い戻すというパターンに入っているのです。

さて、困ったのは米国がこのままでは…と、今度は日本に債権購入を迫り日本政府の円安誘導に相まって、日本がトップの米国債保有国となったのです。

中国政府の現在目指しているところは、財政出動によらない経済成長を目指しています。言い換えればインフラ投資、輸出依存度を低下させるという事と繋がります。もう少し言えば規制緩和による構造改革の他にないのではないのでしょうか？

日本のバブル崩壊後の国内市場の「自由化」「民営化」の流れを実施しようとしているのではないのでしょうか。

一方、中国国内でのインフラ投資が中途半端になっているのと、シルクロード構想で資金を要します、増刷するのはこれ以上無理でAIIBは中国経済を救済する為の集金マシンとして利用するものであり、自国や自国の権益を増幅させる為のインフラ投資を自国に代わってさせる融資機構なのです。

前にも書いた通り、中国の経済成長は7%としていますますが、実際には電力などから推測すると良くても3~4%というところですよ。

日本に対し

この意味するところは、これから中国はより厳しい経済情勢が待ち構えているという事、現在1日に500件が発生しているといわれる暴動が今後はもっと多く頻繁に起こってくるという事を意味します。これを中国政府は人民(国民)の目から逸らす為に益々反日色を強めてくるでしょう。手始めが全国人民代表大会で9月3日を「抗日戦争勝利記念日」、12月13日を南京事件の「国家哀悼日」に決めました。

国民の怒りを共産党から逸らす為、領空侵犯が多くなって来るのではないのでしょうか?

ASEANと中国

26回目のASEANの東南アジア諸国連合の首脳会議が開かれ、4月27日に閉幕しました。

ASEANの首脳会議は、各国が領有権を争う南シナ海の南沙(スプラトリー)諸島で中国が複数の浅瀬を埋め立てている問題などについて話し合いました。

議長を務めたマレーシアのナジブ首相は記者会見し、各国が南シナ海での領有権を巡る争いを防ぐ為に法的な拘束力を持つルールを策定を急ぐ事で一致した事を明らかにしました。

このルール作りを巡って、ASEANは一昨年9月から中国との間で公式協議を始めたものの、これまでに大きな進展はありませんでした。今回の首脳会議ではフィリピンのアキノ大統領が「大規模な埋め立ては地域の安全と安定に脅威をもたらすものだ」と中国を名指しで非難し、ルールの策定を急ぐよう求める場面もありました。

ナジブ首相は「この地域を不安定にする試みは中国の利益にもならない、我々は南シナ海における意見の違いに建設的な方法で対処できるだろう」と述べ、中国の対応に期待を示しました。

これに対し中国外務省の洪磊報道官は、27日の記者会見で「中国の南シナ海の岩礁の埋め立ては完全に主権の範囲内であり、合法的で如何なる国にお影響を与えない」と反論しました。更に「中国は一部の国が自らの利益の為に中国を陰で非難し、無理やり中国とASEANの間の問題に仕立てる事に断固反対する」と述べて、名指しこそしなかったもののフィリピンを強く牽制しました。

解説)

それにしても・・・中国の傲慢と面の厚さ、また強弁に驚かされるのではないのでしょうか!?

いつの時代に中国の物になったのでしょうか・・・中国がいう合法的とは一体何なのでしょう。少しお金を稼いだからといって強弁を奮うのは何とも開いた口が塞がりませんね。

これでAIIBの行く先が見えてきます。中国の為の銀行であり、日本や米国が加入の意思を示さないのもこんな事からでしょうね。

韓国の若者は今?

韓国の失業率は4.6%と前年同月比0.1%悪化、青年層の失業率は11.1%と更に悪いです。

この水準はアジア通貨危機(1990年7月)に次ぐ悪さです。年間40万人の大卒者が出ますが11万人程度しか採用できません。雇用不安と学資金の借金苦にある若者が増えています。

こんな中であって韓国の中小企業は裾野が狭く、大企業に頼らなければなりません。新規の採用が少なく、苦肉の策として海外での就労を支援する作戦に出ています。

調査によると、韓国人大学生の59.3%が海外で仕事をしたいという。渡航先で最も多かったのは(13年～14年)日本501人、オーストラリア、シンガポール、カナダ、米国、中国の順です。

韓国の若者はキャリアアップの為に海外に行きたがるのか、魅力的な仕事がなく韓国を出て行くのか、はたまた韓国を見捨てて行くのか・・・その動機は不明ですが、ある人が言うには既に日本で勉強して就職しようと考えている、いつも穏やかで口数の少ないお父さんがいる日「今の韓国の政治はおかしい」「大統領は一体何を考えているのか」「このままでは韓国はダメになる」「韓国に帰ってくるな」という趣旨の

事を言われたそうです。色々聞いてみると…去年セウォル号が沈没し300人を超える死者・行方不明者を出した事故で、4月18日ソウルの中心部で犠牲者の遺族や支持者ら1万人余りが船体の引き上げを求めると共に、真相究明が十分に行われていないとして政府の対応、朴政権の対応に抗議するデモを行って警官隊と衝突し、これまでに20人余りが身柄を拘束されています。

デモ隊は政府に直接真相究明と沈没した船を引き上げて行方不明の9人を捜索して欲しいと大統領府に向かいましたが、約1万人の警官隊がバリケードを作り放水したり催涙スプレーをかけたりして断続的にデモ隊と衝突したのです。

せめて亡くなった原因を究明し、行方不明の9人を探す為にセウォル号を引き上げて欲しいというデモに、催涙ガスやら放水車で1万人の警察官が出動して取り締まるという政府の態度に下がるばかりに経済情勢、貧富の激しい王様と奴隷的な汚職社会情勢など、日頃の政権に対する鬱憤が国民の間から出てきたのでしょう。

このお父さんは純粹で、本当に国家の事を考えているのだと思います。



4月20日、李完九首相が外遊中の朴大統領に辞意を伝えた、李明博前大統領の資源外交に絡む不正資金に対する捜査過程で、記者に電話して自殺した建設会社社長のメモの中に、この李首相等の告発メモ(金を渡した)がありました。この首相「不正撲滅」を宣言した人物であり、これを機にポスコ建設はじめ不正資金作りをしていたとみられる企業に検察の強制捜査が続いていた矢先の事だったのです。

このお父さんが言うように、韓国の汚い会社に嫌気をさし帰ってくるなど言っただけの気持ちでは痛い程分かります。

中国というのはこんな国

鄧小平氏が国家最高実力者だった当時、人の良い日本人を捕まえて「中国は人件費が安い、人は沢山いる、中国に投資すれば大儲けしますよ」「熱烈歓迎します」、日本企業はナショナル(パナソニック)はじめ多くの企業が製造工場を建てました、これはほんの少し前ですが今はどうでしょうか!?

「もう用はないから出て言って下さい」「管制反日デモで焼き討ち」と政府自身がこのような政策をとっています。何故でしょうか!?

「資本も技術も持ってきた」「中国は他国の資本も技術も必要ない」「必要ないものは出ていけ」「出て行く時は整理して行きなさい」と。出て行くにもお金が要ります。現に大連の惨状を見て下さい、外国人用のアパートは閑古鳥で、困っているオーナーさんが沢山います。

お金や技術を持って来る人は良い人で、必要が無くなったらポイッ!!これが中国です。

ロシア～行くななら今だ!!

このところロシアの名前が出てくるのは経済制裁ぐらいですが、ネットで調べてみると情報が非常に少ないです。

日本からの海外旅行は円安が影響して少なくなっていますが、あなたが旅行するとすれば何処へ行きますか?円高の国、もっとドル高の国ロシアです。ホテルは一時の半分の値だし、レストランでも割安感があります。クレムリン、赤の広場、ロシア美術館、ボリショイ劇場等々。

近場ならハバロフスク…3泊4日でもオッケーですよ!!

薬の飲み方

皆さん、高血圧や糖尿病、肘や膝などの痛みなどで薬を飲まれている方が沢山いらっしゃると思いますが、間違った薬の飲み方をしていませんか？

高血圧や糖尿病の薬は医師に診断してもらい処方してもらうので、間違えるケースは殆どないですが、一番多いのは風邪で薬を飲む時です。

風邪をひいた時は市販の風邪薬を飲む方が多いですが、とりあえず抗生物質を飲むと言う方は多いのではないのでしょうか。風邪の多くはウィルス感染によるもので抗生物質は効きません。空気中のウィルスが鼻や喉の粘膜に付いて増殖する事から始まります。このウィルスを体内から出そうと鼻水や咳が出て体が防衛反応を起こします。また、白血球などの働きを活発にしウィルスを攻撃する力を高める為に熱を出すのです。現在は処方薬や市販の薬で風邪のウィルスを殺す薬は開発されていません。重要な仕事で休む訳にはいかない…こういう時には一時的に咳止めや鼻水止め、解熱剤を服用しますが、風邪の特効薬は早めの風邪薬ではなく、仕事や宴席は後回しにして睡眠を取る事が一番とされています。

また、抗生物質は原因菌だけではなく腸に棲み付いている善玉菌まで殺してしまい、下痢やじんましんなどの副作用が出たり抗生物質が効かない耐性菌を作り出してしまう事もあるので、安易に抗生剤を飲むことの危険性も認識しておかないといけませんね。

では痛み止めはどうでしょうか？

頭痛、月経痛、関節痛、神経痛、歯痛など、病院へ行く程でもないですが我慢は辛い…という時に重宝しますよね。この痛み止め…ピンポイントで痛みを鎮める訳ではありません。

薬は血液と共に体全体に行きわたり血流を押えて痛みを緩和するのです。

人間の体は痛んだ組織を修復する為に大量の血液が必要となり、血管が拡張されて血流を確保するホルモンが産生されます。この物質は組織を修復しようとして痛みや発熱を伴うのです。

1週間だけ、痛い時だけ…というような短期間の服用は気にしなくても良いものの、安易に常用するのはよくありません。短期間の服用でも胃薬と一緒に処方されるのですから。常用が必要な時には担当医師に相談するのが良いですね。

痛み止めを飲むという事は血流を抑えるという事。全身の血流が悪くなれば当然にして体温も下がります。1度下がれば免疫力が30%低下するという説もありますから、体本来の働きを妨げないように自分でも理解し、担当の医師に相談してみるのが良いのではないのでしょうか？

サプリメント

現在、健康食品の市場規模は1兆4700億円と巨大産業となっています。

とくに50代以上の3割がサプリメントを利用していると言いますが、気になるのは効果や効能があるの？という点です。

私の知っている糖尿病の専門医で身体作りが趣味の医師は言います。「グルコサミン…飲んでも効果がないよ」って。使う人が効くと思って利用すれば心理的にプラスに働いて効果が表れる場合もあるそうですが、信じる気持ちが自己治癒力を向上させるのかも知れません。

皆さんがサプリを利用する理由の一つに、「薬と違い副作用がない」「食品だから安心」とありますが、アキウコンのように胃酸過多や胆道閉鎖症の人には禁忌なケースもあります。

また、特定の成分だけを抽出したり合成したりして作ったサプリは生きた食品ではありませんから食事の代わりにはなりません。飲むのであれば天然素材のみで作られているのが良いのではないのでしょうか。

しかし、バランスの取れた食事にまさるものはないでしょうね。

遺伝子検査

ハリウッドスターのアンジェリーナ・ジョリーさんが受けた事で一気に注目を集める事になった遺伝子検査。アンジェリーナ・ジョリーさん乳がんの遺伝子検査の結果、乳房切除術を決断したのですが…。

遺伝子とは生物の体を作り、生命を維持する為のタンパク質を作る情報源で生命の設計図と言われています。その実態はDNA(デオキシリボ核酸)という物質で、構成成分の塩基にはアデニン、グアニン、チミン、シトシンの4つがあり、この4つの塩基が色々な配列によって様々な遺伝子情報を持った遺伝子となります。

こうした遺伝子を解析して病気の原因の究明、診断法、治療法の確立などを医療に役立てる目的で開発されたものが遺伝子検査です。血液や生検で採取した細胞組織だけでなく、唾液からでも遺伝子を検査する事が出来るので、私の周りにも数人ですが遺伝子検査をした方がいらっしゃいます。

唾液から個々の遺伝子を解析し、一般的な遺伝子と比較する事で先天的な体質や特徴、特定の病気になりやすいのか、なりにくいのかという傾向を知る事も出来ます。

例えば、ガンの発症に関与する遺伝子を調べる事で各臓器のガンのリスクがどの程度なのかを知る事も出来ますし、臓器だけではなく目や鼻などの感覚器、骨や血液や代謝機能についても検査できるのです。もちろん、内科的な病気だけではなく緑内障や骨粗しょう症などのリスクについても調べる事が出来ます。

女性の方ならシワやシミ、抗酸化力に関与する遺伝子からは肌の老化といった美容に関する事もわかります。

正直、恐ろしい結果が出るかも…と心配ですが、血管の病気が多い血筋、ガンが多い血筋、心臓や肝臓の病気が多い血筋など、気にされた方も多いと思います。この遺伝子検査のメリットは将来かかるかも知れない病気に対して早め、具体的な対策が立てられるという事が最大のメリットとなります。病気には遺伝的な要因に加え環境的な要因が必ず関わっており、遺伝的な要因は改善が難しいですが、環境的な要因は改善する事が出来ます。自らが注意したり、変えてみたり、回避する事が可能なのです。自分の遺伝子がわかれば同じ病気でも環境的な対処が変わってきますよね！

例えばこの検査で体質が分かれば、ご飯で太る体質なのか、お肉で太る体質なのかという事が分かり、自分に合った効果的な健康法やダイエット法を見つける手がかりになるのです。

この検査のデメリットと言えば、重篤な症状を引き起こす病気が検査結果に出てショックを受ける事でしょう。でもいきなり病に倒れるより、病が来るかもしれない時の為に備えておくのが良いとは思いませんか？

検査キットを購入して唾液を郵送するだけなので簡単です。

調べる項目や、項目数で価格も異なりますが恐ろしく高いものではないので、興味のある方は試してみてください。

■マイコード <https://mycode.jp/>

■ジェネシスヘルスケア <http://genesis-healthcare.jp/>

アジアに関する情報、ご意見、ご相談、またはご意見等々お待ちしております。

投稿先：info@ibia.or.jp