



いきいきかわら版仙台支部第

40号

5月21日に24節季の小満が過ぎ、6月6日には芒種を迎えます。爽やかな初夏からじめじめとした梅雨への季節の変わり目となつていきます。会員の皆様におかれましては、お元気で過ごごしの事と存じます。

仙台支部も設立(平成28年4月)から7年目を迎えました。その間、多くの会員の皆様にお世話になりました。今後もより良いサービスをご提供できますよう努力して参ります。引き続き、宜しくお願い申し上げます。

弊会が加盟している高齢者の皆様のお困りごとを、参加企業でサポートしていく一般社団法人シルバーパートナーズにて、4月22日ビジネスマッチングが開催されました。コロナ禍の影響で毎年開催予定でしたが、2年間中止が続き、久しぶりの開催となりました。

この会は、会員企業が独自に保有している高齢者様へのサービスを持ち寄り、広く宮城県内の皆様に情報を提供し、より快適な生活が出来るようにと知恵を出し合う会となつております。弊会も、情報企業・葬儀社と協業して、高齢者様の無人見守りを提供していくシステムを提案させて頂きました。仙台支部スタッフ一同は、今後も、会員の皆様の安全・安心した日常生活を守るために取り組んで参ります。引き続き、お困りごとがあれば、いつでも、ご相談ください。

5月の花 藤の花



令和4年4月22日
(一社)シルバーパートナーズ
ビジネスマッチング
参加者集合写真

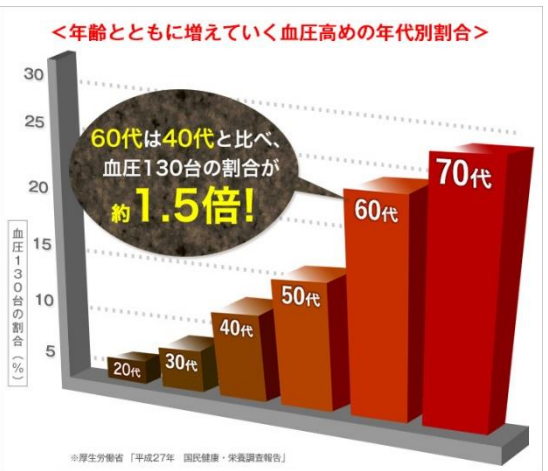


シニア福祉アドバイザー 潔のワンポイント講座

前回より血圧に関する情報をお伝えしてありますが、高齢者は若年層より血圧高めの割合が1.5倍になることまでお伝え致しました。

生活習慣の乱れは、あくまで血圧を高める引き金。実は、もともとカラダの中に存在する、「ある物質」が、血圧を高める原因の1つといわれています。減塩や運動などの「生活習慣の改善」はもちろんですが、血圧上昇の働きをもつ「アンジオテンシンⅡ」の生成を防ぐことも意識して、血圧対策をすることもひとつの手段になりそうです。

これを防ぐ物質として青魚のいわしに含まれる、「サーデンペプチド」という成分に、「高めの血圧をおだやかにしてくれる働きがある」ということが九州大学の研究で解明されました。青魚が好きな方は、引き続き食していただき、あまり得意ではない方は、サプリメント等で補うのも良いかもしれません。



血圧上昇の働きをもつアンジオテンシンⅡ

アンジオテンシンⅡ (Ⅱ) は、「アンジオテンシンⅠ」がACE (A) (アンジオテンシン変換酵素) によって、「アンジオテンシンⅡ (Ⅱ)」に変換されることで、**血圧上昇の働き**を持っています。

<アンジオテンシンⅡの主な働き>

- ①塩分 (ナトリウム) や水分の吸収を高める働き
- ②血管を収縮させる働き

血圧上昇



サーデンペプチドのメカニズム

アンジオテンシンⅡで血圧が上昇

ACE (A) によって変換されたアンジオテンシンⅡ (Ⅱ) が血管を収縮させ、血圧が上昇

サーデンペプチドが血圧を穏やかに

サーデンペプチド (S) が、ACEの働きを抑え、アンジオテンシンⅡの生成を抑制

※イメージ