

ランナーズに院長先生と理学療法士の先生が特集されています！  
待合室にありますので宜しければ是非見てください！(^♪

## 今週の花言葉

グラジオラス

勝利

カーネーション

熱烈な愛

シーダーローズ

不滅

## 松田院長からあなたへ 耳より情報！

◆体重を減らして免疫力が回復？NK細胞の機能に見られた変化とは？ **肥満男性の減量プログラムの結果** Obesity (Silver Spring, Md.)

**ナチュラルキラー細胞（NK細胞）**は、免疫の働きをする細胞の一種で、がん細胞を破壊する作用があるとされています。NK細胞の働きが肥満で弱くなるという知見をもとにして、肥満のある人が体重を減らしたときのNK細胞の変化がどうなるか、結果が報告されたので紹介します。

### ◆減量でNK細胞に変化があるか

肥満の人に3か月の運動と栄養管理で減量してもらい、減量しなかった人と比べてNK細胞の活動に変化があるかを調べました。

### ◆インターフェロンγが増加

男性の参加者について、減量プログラムの終了後3か月の時点で、NK細胞の一部に、**免疫反応を増強する働きがあるインターフェロンγの量が増える変化**が見られました。この結果から、「この研究は、**肥満のある人が減量をして体脂肪量が減少すると、NK細胞の機能性が活性化したことを示す**」と結論しています。

### ★院長よりメッセージ

NK細胞と肥満・減量との関係について、さらに詳しい研究報告が待たれます。**肥満の人が減量する事でNK細胞を活性化させるのは興味深い**ですね。減量する事で生活習慣病のリスクも減るだけでなく、免疫機能まで活性化するとなれば肥満からの減量はやはり必要ですね。メディカルフィットネス fine では、利用者お1人お1人に合わせ、無理のない減量へ導きます。お気軽にお問い合わせください(^♪



医事課からあなたへ H29.12.5

早いもので2017年も残り1ヶ月となりました。  
寒い日が続きますので、体調を崩さないようお気をつけ下さい。  
12月より、土曜日の松田院長の診察時間が変更となります。  
ご迷惑おかけいたしますがご理解のほど、よろしくお願い致します。



12月以降の第1、2土曜日午後…松田院長は休診。

午後は岡田 Dr のみの診察となります。

12月16日(土)午後休診  
全ての受付時間が 12時までとなります。

年末年始休診のお知らせ  
12月29日(金)午後～1月3日(水)  
休診となります。

12月29日(金)は全ての受付時間が  
12時までとなりますのでご了承下さい。



年末年始の診察は大変な混雑が予想されますので、

お時間に余裕を持って来院していただくようお願い致します。

MerryChristmas☆!!

