

ポコ 通信 第16号

平成26年3月号

寒い時期、空気が乾燥してくると肌も乾燥してきます。
しっかり保湿し、すべすべお肌を目指しましょう。



ということで、12月は
「手作り入浴剤で保湿ケア」
みんなで、入浴剤を作りましたよ〜♪



←なんと、どんどん膨らんでこんな感じにっ!!
(@_@:)
この後もどんどん膨らみました…



ぜんそく悪化のしくみ解明

腸内細菌のバランスが崩れてぜんそくが悪化する仕組みを、筑波大学(つくば市)などが動物実験で突き止めた。善玉菌が減り悪玉菌が増えることが症状悪化の原因とわかり、人のぜんそく治療への応用が期待される。

人の腸内には500種類以上の細菌がいて、病原体の感染予防や栄養吸収などを行っている。こうした腸内細菌のバランスが崩れるとぜんそくやアトピー性皮膚炎を引き起こすが、その仕組みは謎だった。

同大の渋谷彰教授(免疫学)らは、マウスに5種類の抗生物質をそれぞれ与えた上でぜんそくの原因物質を吸入させ、症状を比べた。症状のひどいマウスは、カビの一種「カンジダ」が異常に増える一方、乳酸菌などの善玉菌が減っていた。カンジダがつくる生理活性物質が血液や肺に広がりぜんそくを悪化させていた。

カンジダを減らす抗菌剤をぜんそくのマウスに注射するなどしたところ、症状は軽くなった。今後、人でも同じような仕組みの症例があるか調べるという。渋谷教授は「新しいぜんそくの治療法につながる可能性がある」と話している。

(読売新聞 2014年2月6日 配信)

● 平成26年度 Poco a Poco の活動予定 ●

- 4月14日 学習会 『アレルギー性鼻炎のはなし』
- 5月 9日 学習会 『小児科医のアレルギーと検査のはなし』
- 6月10日 体験 『子どもにも安心! 虫よけスプレーを作ろう』
- 7月 8日 学習会 『東洋医学からみるアレルギー』
- 8月26日 学習会 『子どもの皮膚トラブル・アトピー性皮膚炎とは』
- 9月 9日 体験 『免疫力を高めるストレッチ』
- 10月14日 クッキング 『無添加で安心! 燻製を作ろう』
- 11月11日 学習会 『肌トラブルを防ぐスキンケア』
- 12月 9日 学習会 『冷え予防で免疫力アップ!』
- 1月26日 クッキング 『薬膳で免疫力を高めよう』
- 2月10日 体験 『骨盤矯正で免疫力アップ! フラダンス体験』
- 3月10日 クッキング 『無添加で安心! みそ作り』

学習会の内容・日程は変更がある場合があるので、事前にご確認ください

☆会員以外の方でも学習会への参加は可能です。事前にご連絡下さい。

会員以外の方が学習会に参加する場合は、会場費・資料代として 1回200円 いただきます。

子どものアレルギーを考える会 Poco a Poco (ポコ ア ポコ)

Poco a Poco では月に1度集まって、情報交換や学習会、クッキングなどを行っています。

「うちの子、アレルギーで困っているの…」と悩んでいるお母さん、
「もしかして、これってアレルギー?」と心配なお母さん、
「子どもは元気だけど、いろいろ話を聞いてみたいわ」という勉強熱心なお母さん。
ひとりでは考え込まないで、みんなで集まっておしゃべりしませんか?
いろんな方の参加をお待ちしています。

☆例会 毎月第2火曜日10:00~、る・る・るにて
情報交換や学習会、クッキングなどを行っています。

☆会費 1000円/年

『Poco a Poco』への参加のお申し込み、お問い合わせは

る・る・る Tel / Fax 0153-72-3259 (代表 戸田) まで

✉ chiru.2-7410@docomo.ne.jp



この会報は、北海道社会福祉総合基金の助成を受けて発行しています。