

\*\*\*\*\*2014.06.06\*\*\*\*\*

薬剤師だから知っている。3分間の薬と健康の裏情報

短編（科学のよもやま話）第204号

長時間テレビを見ると脳に悪影響

\*\*\*\*\*



漢方の健康堂薬局の店主 長澤昭と申します。

3月11日（金）に発生した東北地方太平洋沖地震により、被災された皆様に対し、心よりお見舞い申し上げます。

発行済みのメルマガは、当店ホームページからご覧頂けます（一部を除く）。



<http://www.kenkodo-igaku.jp/backnumber.html>



\*\*\*\*\*2014.06.06\*\*\*\*\*

短編（科学のよもやま話）第204号

長時間テレビを見ると脳に悪影響

\*\*\*\*\*

◎msn産経ニュース（2013.11.21）

○記事のタイトル

テレビ長時間、脳に悪影響 子供追跡調査で東北大

○記事の内容

東北大加齢医学研究所の川島隆太教授（脳科学）らのグループは20日、子供が長時間テレビを見て生活すると、脳の発達や言語能力に悪影響を及ぼすとの研究結果を発表した。200人超の追跡調査で影響を明らかにし、論文が英国の神経科学雑誌に採択された。

調査は宮城県の5～18歳を対象にテレビの視聴時間や家庭環境を

調べ、脳画像の解析や知能テストを実施。そのうちの216人を追跡調査した。

視聴時間を「見ない」から「4時間以上」まで7段階に分けて分析した結果、テレビを長時間見た子供の方が脳の成長が遅い傾向が出た。脳は神経細胞の接続を3歳ごろから減らすことで成長するが、その減少傾向が鈍かった。

川島教授は「長時間の視聴には、より一層注意が必要。子育て中の世代に、生活習慣を考え直すきっかけにしてほしい」と話している。

◎来週号からは、「小児に長時間テレビを見せると、脳（高次認知機能）の発達が遅れる！！」と題して、3回シリーズでお伝えいたします。

289号 3回シリーズの1回目（6月13日発行）

1. 川島隆太教授（脳科学）らのグループの研究内容について

短編（科学のよもやま話）第205号（6月20日発行）

「テレビを見過ぎると注意力散漫になる」と米国の学会も警鐘

290号 3回シリーズの2回目（6月27日発行）

2. 日本小児科学会の緊急提言

「乳幼児のテレビ・ビデオ長時間視聴は危険です」

短編（科学のよもやま話）第206号（7月4日発行）

一日3時間以上テレビを見る幼児は、発達面に悪影響が出る可能性ある

291号 3回シリーズの3回目（7月11日発行）

3. 最後に

以上、今週の内容でした。

\*\*\*\*\*

発行済みのメルマガは、当店ホームページからご覧頂けます（一部を除く）。

↓ ↓ ↓ ↓

<http://www3.ocn.ne.jp/~kenkodo/m-magazine.html>

E-mail: <mailto:kenkodo@oregano.ocn.ne.jp>

\*\*\*\*\*

—[プロフィール]—

■長澤 昭（ながさわ あきら）1952年 静岡県生まれ

1980年に薬局を創業。

2000年、毎日新聞「アミューズ」に、「漢方薬に詳しい薬局」として、全国わずか35店のうちの1店として取り上げられる。

2001年、約300の病名・症状別の「病気別漢方選薬システム」を完成させる。

現在は、当店HPにて公開中 <http://www3.ocn.ne.jp/~kenkodo/m-magazine.html>

---

□登録／解除の方法

↓ ↓ ↓

<http://kenkodo.web.infoseek.co.jp/melmaga.html>

（E-Magazine からご購入の方はこのメルマガの一番下に解除フォーム有り）

---

□注意・免責事項

◎一般の方向けの内容なので、厳密な医学用語は使用していません。医学的な専門性から考えた場合、妥当でない表現があると思いますが、なるべく平易な表現を使用するようにしてあります。

◎個別の健康相談を行うものではありません。

◎体の状態は個人によって異なっています。現在治療中の方はかかりつけの主治医と相談をしてください。

◎ご自分の責任の範囲でご利用ください。記載内容を利用し生じた結果について、当方では責任がとれませんのでご了承ください。

---

=====

薬剤師だから知っている。3分間の薬と健康の裏情報

発行者：漢方の健康堂薬局

発行責任者：長澤昭

<http://www3.ocn.ne.jp/~kenkodo/>

E-mail: <mailto:kenkodo@oregano.ocn.ne.jp>

「薬剤師だから知っている。3分間の薬と健康の裏情報」の本文は、著作権により保護されています。

ただ、個人的にお友達に転送することは自由です。その場合、このメルマガの一部だけを転送するのではなくて、全文を転送していただけると、うれしいです。よろしければ、お知り合いの知人、友人に教えてあげてくださいね（商用の場合を除く）。

転載の場合はご一報ください。

---