



長寿遺伝子

曾於郡医師会 尾郷クリニック院長 尾郷 智格 氏

最近、テレビでも取り上げられたように寿命を延ばす遺伝子が発見されました。サーチュイン遺伝子といいますが、この遺伝子は地球上のほとんどの生物が持つており、人間ではこれをうまく働かせれば平均寿命が100歳を越える可能性もあるといえます。事実、動物実験ではサーチュイン遺伝子の働きを高めたアカゲザルは同年代のアカゲザルに比べて若々しく見えます。女性でなくても飛びつきそうな話でしょうか？

さあ、それではこのサーチュイン遺伝子を働かせるにはどうしたら良いのでしょうか？

簡単な方法が分かっています。カロリーの制限です。アメリカの研究では25%程度のカロリー制限がこの遺伝子の働きを高めるとしています。

昔から腹八分と言われますが、この飽食の時代、節度ある暮らしの大切さを最新科学が教えてくれているのかもしれない。

『心が元気になる相談室』開催のご案内

今月の開催日は、「**1月30日(月) 13:30～**」

場所は、「**末吉中央公民館**」です。

事前予約が必要ですのでこちらの連絡先までご連絡ください。

| | 担 当 課 | 担 当 係 |
|-----|--------------------|--------------------------|
| 連絡先 | 本 庁・保 健 課 | 健康増進係 (0986 - 76 - 8806) |
| | | 福 祉 係 (0986 - 76 - 8807) |
| | 大隅支所・保健福祉課 | 福 祉 係 (099 - 482 - 5925) |
| | 財部支所・福 祉 課 (福祉事務所) | 社会福祉係 (0986 - 72 - 0936) |

11月の子牛せり市成績

曾於中央家畜市場(11/27～11/29)

| 地区名 | 性別 | 頭数(頭) | 最高額(円) | kg単価(円) | 平均価格(円) |
|------|----|-------|---------|---------|---------|
| 曾於市 | 雄 | 1 | 840,000 | 3,000 | 840,000 |
| | メス | 358 | 875,700 | 1,351 | 362,229 |
| | 去勢 | 370 | 682,500 | 1,478 | 444,281 |
| | 計 | 729 | 875,700 | 1,423 | 404,530 |
| 曾於地区 | 雄 | 1 | 840,000 | 3,000 | 840,000 |
| | メス | 801 | 875,700 | 1,336 | 359,342 |
| | 去勢 | 832 | 682,500 | 1,486 | 448,767 |
| | 計 | 1,634 | 875,700 | 1,417 | 405,169 |

※1月のせり市は、1/25～1/28の4日間の予定です。

※価格は税込です。