

このブログに掲載した原稿一覧

(2015年5月～2022年8月、106原稿)

近藤 雅雄

2015年5月から2022年8月までの7年間にこのブログに執筆、掲載した原稿の数は、106件になりました。これまでの掲載原稿を一覧としてPDFに収めましたので、本文の検索、引用等にご利用ください。

2015年5月

- 1) 5-アミノレブリン酸 (ALA) のヘルス・メディカルケア (5月20日)
- 2) こころとからだの健康 (2) ~中高年齢者の免疫強化によるアンチエイジング (5月25日)

2015年6月

- 3) 生命の科学から健康の科学へ (6月1日)
- 4) 全国ポルフィリン代謝障害患者の会「さくら友の会」開設運営について (6月1日)
- 5) ポルフィリン症が指定難病となる!! (6月3日)
- 6) こころとからだの健康管理 (1) ~正しい栄養素の摂取と感謝する言葉 (6月5日)
- 7) 日本型食生活と健康 (6月15日)
- 8) サプリメントとは、利用にあたっての注意事項 (6月17日)

2015年7月

- 9) 指定難病「ポルフィリン症」診断法の開発、患者発見に対する熱い思い (7月7日)
- 10) イソフラボン、アルギニン、アリシン、アスパラギン酸、アスタキサンチン、ウコン、蜂産品類、発酵微生物類、油脂類、藻類、きのこ類、イチョウ葉エキス食品、アロエベラ食品 (7月8日)
- 11) ミネラル (必須性が認められているもの) (7月8日)
- 12) ビタミン (水溶性)、ビタミン (脂溶性) (7月8日)
- 13) レシチン、ルテオリン、ルチン、ポリフェノール、βカロテン、フラボノイド、ビタミンU、テアニン、タウリン、セサミノール、スコルジン、シスチン、サポニン、コエンザイム Q10、コラーゲン、ケルセチン、グルタチオン、グルコサミン、グルカン、クエン酸、キチン・キトサン、カプサイシン、カテキン、ヘム鉄、(7月9日)
- 14) 健康食品の話題 (7月10日)
- 15) 健常人と難病患者 (7月12日)
- 16) 研究の成果は人類の宝、特に保健・医療・福祉に関する研究の成果はすべて公表する義務がある (7月15日)
- 17) 研究には投資が必要~研究は遂行すればするほど自己負担が増加 (7月15日)
- 18) 日本の食文化の変遷と食育~日本型食生活による健康寿命の延伸 (7月21日)
- 19) 主なハーブとその効能 (7月26日)
- 20) 麦類若葉食品、ギムネマシルベスタ食品、まこも食品、オタネニンジン根食品、プルーンエキス食品、梅エキス食品 (7月26日)
- 21) ポルフィリン症専門外来開設への思い (7月29日)

2015年8月

- 22) 食生活と栄養と食育 (8月1日)
- 23) 社会の変貌と大学における科学教育 (8月1日)
- 24) クロロゲン酸、ラクトフェリン (8月7日)

- 25) 苦瓜 (8月11日)
- 26) 有害元素とは、ベリリウム、水銀、カドミウム、ヒ素、鉛 (8月11日)
- 27) こころとからだの健康 (3) 12か条 (8月12日)
- 28) こころとからだの健康 (4) 男女の寿命差 (8月26日)
- 29) こころとからだの健康 (5) 右脳と左脳を知る (8月26日)
- 30) ポルフィリン症 (ポルフィリン代謝異常症、日本臨牀) (東京化学同人の差替え)
- 31) こころとからだの健康 (6) ストレスと心身の障害 (8月30日)
- 32) こころとからだの健康 (7) 摂食障害 (8月30日)
- 33) こころとからだの健康 (8) 肥満対策 (8月30日)

2015年9月

- 34) こころとからだの健康 (9) 治癒と治療 (9月2日)
- 35) 伝統医学と日本の医療の方向 (9月2日)
- 36) 人間と地球環境問題 (9月5日)
- 37) 人間科学基礎原論 (9月9日)
- 38) 地球と日本と人口 (9月9日)
- 39) 栄養学と医師 (9月20日)
- 40) 人間と地球環境 (9月20日)
- 41) 地球と生命の誕生 (9月20日)

2015年10月

- 42) こころとからだの健康 (10) 脳に良い食品、機能性食品とその成分 (10月6日)

1. 脳 (アンチエンジング) の活性化が期待される食品

亜麻の種 (亜麻仁油)、イチヨウ葉、オリーブオイル、カワカワ、くるみ、ココア、コーヒー、魚、ザクロ、センテラ (ゴツコーラ、ブラーミ、ツボクサ)、SOD 様作用食品、セイヨウオトギリソウ、セイヨウカノコソウ、ダークチョコレート、納豆、ニンニク、ビルベリー、ブルーベリー、ほうれん草、豆類、松葉、ムール貝、ヨヒンベ (ヨヒンビン)、緑茶の 24 食品。

2. 脳に良いとされる機能性物質

アスタキサンチン、アントシアニン、イソフラボン、カテキン、 γ -アミノ酪酸 (GABA、ギャバ)、ギンコライド、グルタチオン、コエンザイム Q10 (CoQ10、コークューテン)、サポニン、ジメチルアミノエタノール、食物繊維 (不溶性食物繊維、水溶性食物繊維)、タウリン、テアフラビン、テアニン、DHA、トリプトファン、ビフィズス菌、分岐鎖アミノ酸 (BCAA、バリン・ロイシン・イソロシン)、フェルラ酸、ホスファチジルセリン、ポリフェノール、フラボノイド、メラトニン、レシチンの 24 物質。

- 43) 新刊「5 アミノレブリン酸の科学と医学応用」紹介 (10月7日)
- 44) こころとからだの健康 (11) ホメオスタシスと生体リズム (10月21日)
- 45) こころとからだの健康 (12) 生体防御機構と免疫システム (10月21日)

2015年11月

- 46) 成長・発達・加齢の栄養学 (11月6日)
- 47) 油脂の健康効果～話題の「こめ油」「クリル」「亜麻仁油」の比較 (11月23日)

2016年1月

- 48) 高齢期の健康に影響を与える成人期の栄養学 (1月15日)

2016年2月

- 49) 受験生がんばれ!! 後悔しないための受験戦略と心得 (2月5日)
- 50) こころとからだの健康 (13) 目の病気の予防・対策に必要な栄養素と食品 (2月8日)

2016年3月

- 51) 日本人の食生活解析 (3月2日)

2016年4月

- 52) コンパクト応用栄養学 (第2版) の紹介 (4月2日)
- 53) 子どもとくすり～くすりの正しい使い方と安全管理 (4月23日)
- 54) ポルフィリン-ALA 学会より「功績賞」受賞 (4月23日)

2016年5月

- 55) こころとからだの健康 (14) 遊びから学ぶ幼児教育、子育て習慣および期待される人材 (5月8日)
- 56) 生命活動をサポートする5-アミノレブリン酸 (ALA) (5月18日)
- 57) 持久力をサポートする「アラプラス スポーツハイパフォーマンス」とは? (5月18日)

2016年6月

- 58) あん摩マッサージ指圧師・鍼灸師国家試験合格のための生理学問題集 (6月1日)

2016年7月

- 59) 人を育てる～大学の学部長に求められる37の習慣 (7月12日)

2016年8月

- 60) 激しいスポーツ活動によって血液中のミネラル濃度が変化する (8月25日)

2016年9月

- 61) ポルフィリン症患者の診断・治療後の生活追跡調査 (9月1日)
- 62) ポルフィリン症診療体制の問題点 (9月1日)
- 63) あん摩マッサージ指圧師・鍼灸師国家試験合格のための生理学問題集 (2) (9月8日)

2016年10月

- 64) 必須微量元素モリブデン (Mo) の生体機能に関する調査研究 (10月24日)

2016年11月

- 65) 健康を体感できる完全栄養食品「サルバチアホワイトチアシード」 (11月22日)
- 66) 5-アミノレブリン酸 (ALA) の免疫増強作用機序 (11月25日)

2016年12月

- 67) 受験生がんばれ!! ～受験に後悔しないための戦略と心得 (12月1日)
- 68) 「急性ポルフィリン症と薬」についての問合せ (12月18日)

2017年1月

- 69) ポルフィリン症 (Porphyrias) (1月8日)
- 70) ポルフィリン症の発症機序、分類および鑑別診断 (1月15日)
- 71) 伝統医学と日本の医療 (2) ～鍼灸医療の発展を期して (1月19日)

- 72) ポルフィリン症研究の歴史と第1例報告 (3月5日)
- 73) こころとからだの健康 (15) 脳を元気にする食品と栄養素 (4月12日)
- 74) あん摩マッサージ指圧師・はり師・きゅう師国家試験合格のための生理学問題集 (新版) (5月3日)
- 75) 「ポルフィリン症専門外来でのポルフィリン症診療と現状」について第114回日本内科学会にて発表 (5月26日)
- 76) 東洋医学研究成果報告の方法 (7月13日)
- 77) 苦瓜 (ゴーヤ) の豊富な栄養素と難消化性デキストリンを一包に凝縮した「飲む健康ゴーヤエキス+難消化性デキストリン」 (8月12日)

2018年9月

- 79) こころとからだの健康(15) 脳を元気にする食と栄養素
「こころとからだの健康(10)脳に良い食品、食品機能性食品とその成分」の改訂版、平成29年3月25日投稿 (9月27日)

2018年10月

- 80) 飲む健康ゴーヤエキス プラス 難消化性デキストリン (10月26日)

2018年11月

- 81) ポルフィリン症研究の歴史と世界および日本の第1例報告 (11月22日)

2018年12月

- 82) 伝統医学と日本の医療 (2) ~鍼灸医療の発展を期して (12月10日)
- 83) 受験生がんばれ!!~受験に成功するための戦略と心得 (12月7日)
- 84) こころとからだの健康 (16) 血液型と病気 (12月6日)

2019年3月

- 85) 東西医学研究~研究成果報告の方法 (3月13日)

2019年4月

- 86) あん摩マッサージ指圧師・はり師・きゅう師国家試験合格のための生理学問題集 (4月10日)
- 87) 生活習慣病予防対策の簡単レシピの1例 (4月2日)
- 88) こころとからだの健康 (17) 皮膚とこころ (4月2日)

2019年6月

- 89) ペンタガーデンは植物中の抗酸化能を持つ各種必須ミネラル及びフラボノイドを増やす (6月10日)

2019年8月

- 90) コンパクト基礎栄養学~講義版 (8月5日)

2019年11月

- 91) 生命の科学~講義と問題 (11月6日)

2020年1月

- 92) 「こころとからだの健康」第1版出版 全24ページ (1月1日)

2020年3月

- 93) 「こころとからだの健康」第2版出版、全140ページ(3月3日)
- 94) あん摩マッサージ指圧師、はり師及びきゅう師国家試験に合格するためには生理学を科学的に理解する必要がある(3月26日)
- 95) 国際鍼灸専門学校、在校生・新入生へのメッセージ(3月28日)

2020年4月

- 96) 「こころとからだの健康」第2版出版(4月12日)

2020年6月

- 97) こころとからだの健康(18) 幸せホルモン・愛情ホルモン「オキシトシン」の多様性(6月14日)

2020年10月

- 98) 日本の未来予測～これから80年(10月18日)

2020年11月

- 99) 紅茶による胃がんと風邪の予防(11月22日)

2021年5月

- 100) あん摩マッサージ指圧師、はり師及びきゅう師国家試験合格のための生理学・臨床生理学問題集(1)(5月20日)

2021年11月

- 101) 鉄欠乏性貧血～ヘム合成とミネラルバランスの新知見～(11月8日)
- 102) 高齢者の健康寿命の延伸を目指して～エイジングの機序とアンチエイジング(11月8日)

2022年4月

- 103) 運動とミネラル：激運動による血液中モリブデン量の減少

2022年7月

- 104) グローバル社会に生きる～海外に行き、海外を知り、海外で活躍、そして日本に貢献(7月8日)
- 105) 指定難病 日本でのポルフィリン症～診断と治療(7月22日)

2022年8月

- 106) 内リンパ水腫(蝸牛型メニエール病)の治療評価法の新規作成と治療体験(8月2日)