

物忘れが増えたら要注意!

今後もただの物忘れで済むのなら
気にすることは無いのだが……

厚生労働省が発表した二〇〇〇年の日本の平均寿命は、女性が八六・三九歳、男性は七九・六四歳と長寿記録を更新した。ところがその一方で、介護を必要としている高齢者が増加しているのも事実。特に物忘れが著しくなると、自分自身だけでなく、家族にとっても大きな負担がかかってしまう。ただの物忘れで済ませるために、いまのうちから対策をたてたい。そこで「いついかなんでも頭脳明晰」を実現する秘訣を追跡したところ、意外な事実が明らかになった。

「最近、物忘れがひどくなってきた」「一人の名前や漢字がでてこない」。もしかしてこのまゝ……と一瞬ヒヤリとしたことはないだろう。しかし、ただの物忘れだと言ひ聞かせ、簡単に歳のせいにして済ませてしまふがちな、ある専門家がよると、「ほとんどの人が自分の物忘れのひどさに自覚がなく、まわりの人々も歳のせいだと見過ごしてしまふ」ことが一番厄介な問題だという。誰でもある程度の年齢になると多少の物忘れが出る。ところが、記憶力のおとろえは仕方がないことだとあきらめていると、たまたま物忘れが済まなくなる進むとともに、二〇二〇年には三百万人近くまで増加すると予想されている。

しかし、歳をとった人からといって必ず物忘れが進行してしまうわけではないようだ。いいわけではないが、二〇二

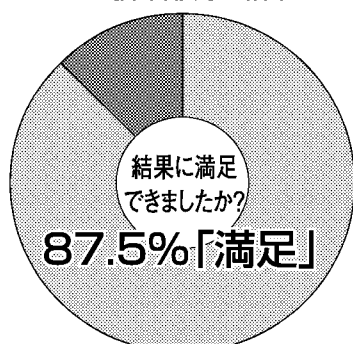
あなたの脳年齢は何歳ですか？

断でかくしゃくとして
いる方もいる。いった
いこの違いはどこにあ
るのか調べたところ、
意外な事実が明らか

<p>なった。</p> <p>人間の脳細胞は成長期を過ぎると年齢とともに減少し再生しない」と一〇〇年にわたり信じられてきたが、近年の脳科学研究でその定説が覆されたのだ。</p> <p>一九九八年、ソーク生物学研究所(米国)とサール研究所(スウェーデン)の研究チームは、学習にかかわる脳細胞が大人の脳内で新たに作られていることを確認し、米科学誌「ネイチャー・メディスン」に発表した。</p> <p>また、大阪大学とコネル大学(米国)の</p>	<p>共同チームは、脳細胞のもととなる幹細胞が成人の脳内にあることを発見。脳細胞に必要な栄養を与えることで、脳細胞の増殖・分裂に成功した。</p> <p>つまり、老化でおとろえてしまった脳も若返る可能性があるのだ。そこで、脳に必要な栄養とて忘れてはならない成分が核酸、DNA、EPA、イチョウ葉エキス、ビタミンB₁₂の五つ。中でも核酸は、細胞の増殖・分裂に關与しており、最も補い</p>	<p>年齢の推移を調べたところ、八七・五%の被験者が満足したというデータもある(ランダム打点法、自注調べる)。</p>
<p>と</p>	<p>細胞の増殖・分裂に關与しており、最も補い</p>	<p>た。彼女は最近、人の名前や漢字が思い出せなくなってきたという。</p>
<p>た。</p>	<p>と</p>	<p>四歳の女性に話を聞いた。彼女が最近、人の名前や漢字が思い出せなくなってきたという。</p>
<p>た。</p>	<p>と</p>	<p>た。彼女は最近、人の名前や漢字が思い出せなくなってきたという。</p>
<p>た。</p>	<p>と</p>	<p>た。彼女は最近、人の名前や漢字が思い出せなくなってきたという。</p>
<p>た。</p>	<p>と</p>	<p>た。彼女は最近、人の名前や漢字が思い出せなくなってきたという。</p>
<p>た。</p>	<p>と</p>	<p>た。彼女は最近、人の名前や漢字が思い出せなくなってきたという。</p>
<p>た。</p>	<p>と</p>	<p>た。彼女は最近、人の名前や漢字が思い出せなくなってきたという。</p>
<p>た。</p>	<p>と</p>	<p>た。彼女は最近、人の名前や漢字が思い出せなくなってきたという。</p>
<p>た。</p>	<p>と</p>	<p>た。彼女は最近、人の名前や漢字が思い出せなくなってきたという。</p>
<p>た。</p>	<p>と</p>	<p>た。彼女は最近、人の名前や漢字が思い出せなくなってきたという。</p>

「頭の
かたが
たの。
ると
ず飲
再び
たら、
「や、
活習慣

■核酸が主成分の健康食品を摂取した
モニターの脳年齢測定結果



※平成16年9月から平成16年12月の3カ月間、脳年齢計アムザット(ランダム打点法)により測定(自社調べ)。
※あくまでも個人の感想となりますので、使用感には個人差があります。

「はやくしたら何だか頭がすっきりしてきた。これは期待できると思う、毎日欠かさず飲みました」

再び脳年齢を測定したら、うれしい結果が。やっぱり、毎日の生活習慣が大切なんです。要なのだ。

ね。おかげさまで、お客様の名前も若い頃のように出てくるようになりまして。気持ちよくなりました」と喜びを語った。

やはり、不足しがちな核酸を補うことが必須なのだ。

今からでも間に合う「物忘れ対策法」とは？

注目される第七の栄養素“核酸”

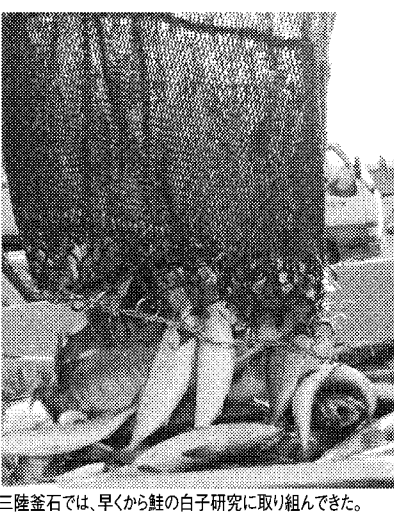
核酸が多く含まれている意外な食材

脳に必要な栄養素として、**注目を浴びている成分が、核酸、栄養素では、炭水化物(糖質)・タンパク質・脂質・ビタミン・ミネラル・食物繊維に次いで第七の栄養素とも呼ばれており、脳細胞を含め全ての細胞が生まれ変わる時に必要な成分なのだ。特に記憶力や学習能力に大きな**

影響を与えていると言われている。

核酸に関する動物を使った迷路の実験では次のような結果がでている。核酸成分を混ぜ

サを食べたネズミは、そうでないものにくらべて、二・五倍も早く目的地にたどりついたのだ。時間が早くなった。ということば、記憶



三陸釜石では、早くから鮭の白子研究に取り組んできた。

たこと、改めてかん
なミと、核酸成分
を含まないエサで
育てたネズミで迷
路から抜け出す時
間を比較した。最
初はそれほど差が
なかったが、三回
目以降になるとそ
の差は歴然とし
た。核酸成分のエ

**美容にも
うれしい成分!**

核酸は美容分野でも期待され
ており、核酸入りの化粧水や美
容液なども多く発売されている。
核酸は、皮膚の内側の細胞に働

糖を与えていると言え
ばいい。

そこで、注目されてい
るのが鮭の白子。鮭の
白子は尿酸の宝庫なのだ
が、毎日食べるとは難
しいので、サプリメント
を利用するのも一つの方
法である。

普段、口にして
肉や魚、野菜などに
核酸は含まれている
のだが、その量はほん
わずか。一日に必要な
二〜三グラムの量を摂
るには、

美容にも
うれしい成分!

核酸は美容分野でも期待されており、核酸入りの化粧水や美容液など多く発売されている。核酸は、皮膚の内側の細胞に働きかけ、美しい肌を保つうえで大切な成分だという。さらに、健康な体で美しいボディを保ちたい方に役立つという。

このように核酸は、いつまでも若々しく、元気に毎日を過ごしたい私たちをサポートしてくれる成分なのだ。

核酸・DHA・EPA・イチョウ葉エキス

ビタミンB₁₂の5大知的成分配合

三陸釜石の恵み 脳内核酸

る五つの栄養成分、核酸(DNA、RNA)、DHA、EPA、イチョウ葉エキス、ゴフロノイド・β-グルコライド・ビタミンB ₁₂ は、普段の食事で不足しがちな栄養である。そこで、これら五つの栄養を補うために、開発されたのが「脳内核酸」だ。	「脳内核酸」の成分は、原料・主原料である核酸DNAは、三陸金石で水揚げされる南部サケと、アラスカ沖の新鮮なニシンのみを使用。三陸のサケと、アラスカ沖のニシンの白子は成熟しており、良質の核酸が含まれていると言われている。その良質のエキ스가、約1日分／8粒中に、1000mgも含まれている。さらに、DHA・EPA・イチョウ葉エキス・ビタミンB ₁₂ などの他の原料も全て厳選された自然
--	---

のものをお使用している。脳内核酸は、1瓶約1カ月分、が60g 240mg×250粒入り。価格は6825円(税込み)。送料は別途500円(税込み)。お得で便利な定期コースは商品代金最大15%割引のうえ送料無料。

また、脳内核酸の購入者はNPOが行っている脳年齢

か計測できる脳トレトレーニングに無料で参加できる。

●お買い求め・お問合は毎朝日元気(フリーダイヤル)0120・049898まで。



忘れを自覚したのです。心配になって脳年齢を調べてもらったら、何と94歳!!このまま進行してしまったらと考えたら恐ろしくていてもたってもいられなくなりました。




石川県在住 山下美代子さん

り、目算めもスツキリ。そして何より、うっかりすることが少なくなってきたようです。そんな私を見ていた主人や近所の友人も、脳内核酸を飲み始めた程度です。私にとって脳内核酸は、「転ばぬ先の杖」ですね。

ある日、財布を取りに戸棚の奥へ行き、どこに財布をしまったのかを考えていました。しばらく考えていると、「あれっ、何を考えていたんだっけ？」と考えていたのをすっかり忘れてしまっていたのです。

50代前半ですからまさか私が物忘れとは思いませんでした。しかも、忘れてしまうという意識が無いので、自分は大丈夫だと思っていました。しかし、



北海道在住 近藤克美さん(53歳)

『火の消し忘れ
ただの物忘れで
歳とともに物忘れが増えく
るの仕方のないことを願っ
ていました。ところが、火をつ
けていることをすっかり忘れ
て、火をかけたまま外出してし
まったのです。この時は大事に
は至りませんでした。悪い出
すけだけでもソツとします。お
帰って帰ってくるのがもう少し遅
くなっている……。
それから半年先や電話台、

は済みません!!

テレビ横など目につく所に張り紙をして、何回も確認するようにしました。しかし、根本的な物忘れ対策にはならず、不安は募るばかり。そんな時に脳内核酸と出合ったのです。

これまでも健康食品をいくつか飲んではいたが、このような健康食品は初めてだったので、救われたような気持ちになりました。飲み始めるまで頭の中がスッキリしてきて、気分まで

若いから物忘れなんて関係ない!!
と書いていたら…

始めました。すると考えがハッキリとし、モヤモヤが無くなっていたのです。しばらくすると、物を置いた場所も考えれば

歳いシ
記憶力・行動力ともに若い人には負けない自信がありました。しかし、2年前の

定年を境に物忘れが多くなっ
てしまいました。家に閉じしも
っていは進行してしまっ
一方だと思い、駅前のおそば屋さ
んで働くことに。仕事は、顔と
メニューを覚えて順番に出す
だけでも、さっぱり覚えられ
ないのです。そんな時たまたま
新聞の広告で脳内核
酸を知り、飲み始め
ることにしました。
飲み始めてまず感じ
たのが、元気になっ
てきたこと。さらに手
が動き、三つのメニ
ューを同時に作り、
次々に出していける

ようになつてきたのです。先輩
からもう2年で覚えろと誓められ
たのです。脳内核酸のおかげで
戻した気がします。本当に良い
ものに会えたかと感謝してい
ます。



※体験者の年齢は、取材時のものです。

歳のせいではない
「物忘れ」

歳をとったからといって、必ず物忘れが進行してしまうわけではないようです。写真の岩崎ミチさんのように、八七歳になつても頭脳明晰でかくしゃくとしている方もいるのです。


脳は健康は体の健康と同様、日頃の生活習慣が大切です。脳の健康を維持するために、「脳に必要な栄養の補給」、「脳のトレーニング」、「十分な睡眠」が必要だと言われています。

ただの物忘れて消えなくなったら、歳だからとあきらめられないもの。あなたも脳の健康作りを始めてみませんか。

物忘れが
気になりはじめたら

脳に必要な栄養がこまごま入っている。脳内核醗主成分である核酸に加え、DHA、EPA、イチヨウ葉エキス、ビタミン^{B12}などが絶妙なバランスで配合されています。中でも核酸(DNA)成分は、三陸釜石で水揚げされた南部サケと、アラスカ沖の成熟したシシから抽出した天然エキスのみを使用。約1日分／8粒中に1000mgも入っています。

三陸釜石 脳内核酸のふるさと



脳内核酸のふるさととは、抜群の透明度を誇る海に囲まれた三陸金石。ここで生まれた南部サケの稚魚は、ベーリング海の荒波に揉まれ、たくましく姿に成長します。その中でも、約7000キロに渡る過酷な旅を無事に終えたものだけしか、ふるさとの川に戻ってこれないのです。その確率はわずか3〜4%。大自然の厳しさが育む豊かな恵みは、健康を願う私たちの贈り物ではないでしょうか。

**●脳内核酸のお買い求め
・お問合せは毎日元気まで**

お申込番号 81-イ ご注文の際はこの番号をお伝え下さい。

0120-04-9898
フリーダイヤル

受付時間：午前8時～午後9時（年中無休）

FAX 0120-04-9896
（24時間）

ホームページ
<http://www.mainichigenki.co.jp>

〒197-0822 東京都あきる野市小川川1-22-5
毎日元気受注 発送センター
「81-イ」係

●ファックス：はがきの場合は商品名・数量・定期コースの周期（3ヵ月ごと・2ヵ月ごと・毎月）
一律500円。●商品到着は申込みから1週間程度です。●お支払いは商品到着後7日以
降の個人情報は、プライバシーポリシーに基づいて厳重に管理しています。詳しくは

DHA
E
核酸
19種核酸
ビタミン



脳内核
6,825円（送料別）
24
2
※中国産の原料は一切使用しない

約1ヵ月分
24
2

お得で便利な定期コースのご案内

約8割の方がごちやうでご利用

初回がハイクラス **4大特典!**

定期コースの

特典1

商品代金最大15%引き

特典2

送料500円無料

特典3

いつでも変更・中止できます

特典4

もちろん満足いただけるまで※
返品OK!全額返金

※返送料のみをご負担ください。
商品到着後30日以内、初回ご購入に限りです。

5%
引き!!

毎月1個もお届けの場合

842円も
お得!!

6,483円^{税別}×1個

10%
引き!!

2か月ごと2個お届けの場合

1,965円も
お得!!

6,142円^{税別}×2個

15%
引き!!

3か月ごと3個お届けの場合

5,801円^{税別}×3個

3,572円もお得!!



実年齢 87歳
脳年齢 32歳

鹿児島県在住 岩崎みさ子さん 87歳