アフルエント
AFFLUENT
https://afflu.jp
毎日に発見を、人生に豊かさを
2022 Aug.
[TOKYO]
8

超簡単チェック&リセット!

自律神経を整えて仕事効率アップ





PREMIUM CLINIC
三ツ星セレクション
古山浩司氏の
糖度23度以上の桃「神秀」
TOKYO GOURMET BATON
―東京グルメバトン―
O2(オーツー)
熱視線 ―夢追い人―
江戸扇子職人
深津佳子

人生100年時代に向けたマネー問題を解決

参加費無料

今の行動と決断が『後悔しない老後』に直結
働く世代向け資産形成・運用セミナー

老後に向けた資産形成
資産運用の基礎知識を学びながら
あなたに合った方法を考えましょう。

都内でファイナンシャルプランナーとして活躍中の、
山口 博之先生のスペシャルセミナーを銀座で開催。
これからの少子高齢化社会、人生100年時代を生き抜くための
正しい金融リテラシーを身につけましょう。

働く女性 大歓迎

ご夫婦でも お気軽に ご参加下さい



講師 ファイナンシャルプランナー

山口 博之先生

現在、IFA（独立系ファイナンシャルアドバイザー）としてマニュライフ・ファイナンシャル・アドバイザーズ株式会社に勤務。年間100件以上のコンサルティングを中立的な立場で行いながら、全国各地でセミナー講師として活躍中。証券外務員1種資格、AFP（日本FP協会認定）、MDRT成績資格会員（COT）。趣味はマラソン、登山。



開催日時： 9月10日(土) 10:30〜12:30
9月11日(日) 10:30〜12:30

会　場： NATULUCK銀座 Room B
東京都中央区銀座2-7-18 銀座貿易ビル6F
東京メトロ有楽町線 銀座一丁目駅9番出口より徒歩1分

定　員： 各回20名様

応募方法： 右記の応募フォームから応募ください。
セミナーお問い合わせ窓口でTEL応募も承ります。
当選者様には、メールまたはTELにてご連絡致します。応募多数の場合は、抽選となります。

セミナー参加者特典

東京・神奈川で大人気ベーカリー
【パン以上、ケーキ未満。サニーベッカリー】の
無添加 手作りジャムをプレゼント!



※写真はイメージです。※お一人様1点のプレゼントになります。
※ジャムの種類は選べません。

Manulife Financial Advisors

［主催］マニュライフ・ファイナンシャル・アドバイザーズ株式会社

お問い合わせ／セミナー総合お問い合わせ窓口（平日10:00〜18:00）

TEL:080-7041-6689

※セミナーでは特定の商品の勧誘はありません。
※男性おひとりでのご参加はいただけません。
※セミナーは、少人数制のスクール形式です。受講者同士の会話はございません。会場の衛生管理環境に留意しています。
※セミナーは基本的対処方針に基づく対応にあわせて開催致します。

AFFLUENT 2022 Aug. 8 Contents



Special 1 超簡単チェック&リセット!

07 **自律神経を整えて仕事効率アップ**

Special 2

14 **PREMIUM CLINIC**

Present
05 読者プレゼント

Selection
13 三ツ星セレクション
古山浩司氏の糖度23度以上の桃「神秀」

Local
17 日本を巡る
三重県鳥羽市　海女文化

Things
19 TSUWAMONO —大人の逸品—
線香花火 筒井時正 花

Gourmet
20 TOKYO GOURMET BATON
O2(オーツー)

Regular
22 PREMIUM GALLERY

Trip
25 旅する喫茶店
六曜館珈琲店

Interview
26 熱視線 —夢追い人—
深津佳子(江戸扇子職人)

2022年8月発行

Publisher 渡邉勝紀　Editor 小笠原由恵
Producer 森 正太郎　相崎美帆
Chief Editor 菊地 学　Designer 松本健司
Cover Photo elenabsl／Shutterstock.com

編集・発行／株式会社affluent
〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷5-27-11
アグリスクエア新宿12階

広告掲載・チラシ折込・誌面内容のお問合せ
0120-121-084(平日10:00～18:00)

配布に関するお問合せ
0120-124-034(平日10:00～18:00)
配布に関するご連絡・お問い合わせ・送付停止については、右記QRからもご連絡いただけます。

※広告内に記載されている価格表示は「税抜」、「税別」または「広告内の価格は全て税抜価格です」等の表示がない場合は全て税込価格となります。

※掲載情報は7月14日時点のものです。ご利用の際には事前に最新の情報をご確認ください。

本誌掲載記事の無断転載を固く禁じます。

株式会社affluentにおける個人情報の取り扱いについて

◎お預かりした個人情報は株式会社affluentが管理し、アフルエント会員登録、プレゼントの発送およびアンケート集計を目的として利用いたします。◎お預かりした個人情報は、ご本人様の同意なく第三者に提供することはありません。ただし、法令などにより個人情報の提供をもとめられた場合を除きます。◎プレゼントの発送を外部に委託する場合があります。◎個人情報をお預け頂くことはご本人様の任意ですが、必要事項に不足がありますと、あらかじめ明示した利用目的に対応するご本人様のご要望にお応え出来ない場合があります。◎当社が保有する応募者ご本人様の個人データについて、利用目的の通知、開示、内容の訂正、追加又は削除、利用の停止、消去及び第三者への提供の停止、第三者への提供記録の開示のお申し出には適切に対応いたします。ただし必要に応じて、追加書類の提出を伴う厳正な本人確認への協力をお願いする場合があります。あらかじめご了承ください。◎当社が保有する個人情報の漏洩が発生した場合には、個人情報保護委員会に報告し、漏洩した情報のご本人様に通知を行います。

◎個人情報保護管理者／株式会社affluent 個人情報保護管理室 室長

◎個人情報に関する苦情・問合せ窓口／株式会社affluent
お問合せ 0120-121-084(平日10:00～18:00)

公式サイト AFFLUENT WEB https://afflu.jp/
公式Facebook @affluenteditor
公式Instagram @affluent.premium
公式Twitter @affluent_web

【プロによる詳しい解説】コロナ後の市場を見据えた投資信託

商品の販売・勧誘は無い、安心の無料セミナー

※当セミナー後、弊社コンサルティングを希望された方へ、商品などの勧誘を行うことがあります。

投資信託選びの新常識セミナー



「過去に投資信託で失敗した」、「先を見据えた投資をしたい」と
お悩みの方に対コロナ市場を見据えて、賢い投資法、
リスクを抑えた長期資産運用の知識をプロが丁寧にわかりやすくお教えします。

8/20(土)13時～15時　会場 新宿住友スカイルーム 新宿区西新宿2-6-1 新宿住友ビル47F

8/28(日)13時～15時　会場 AP東京丸の内 千代田区丸の内1-1-3日本生命丸の内ガーデンタワー3F

参加費無料　講師 福田 猛 ファイナンシャルスタンダード株式会社代表取締役　定員 各回50名

●ファイナンシャルスタンダード株式会社／金融商品仲介業 登録番号:関東財務局長(金仲)第620号 金融商品取引業(投資助言・代理業)登録番号:関東財務局長(金商)第3067号 加入協会:一般社団法人日本等投資顧問業協会／一般社団法人ファイナンシャル・アドバイザー協会／一般社団法人保険乗合代理店協会
●所属金融商品取引業者:楽天証券株式会社／金融商品取引業者 登録番号:関東財務局長(金商)第195号 加入協会／日本証券業協会／一般社団法人金融先物取引業協会／日本商品先物取引協会／一般社団法人第二種金融商品取引業協会／一般社団法人日本投資顧問業協会

お申込みは、お電話または右記QRコードから

延べ10,000人以上参加

ファイナンシャルスタンダード株式会社
東京都千代田区有楽町1-12-1 新有楽町ビル11F

☎ 03-6268-0900 9時～18時(土日祝日除く)
※お電話いただく際は「アフルエントを見た」とお伝えください。



英仏米、世界を驚かすラグジュアリー日本酒新ブランド

特別な時間に寄り添う日本酒

日本酒の新しい世界に挑戦するＭＩＮＡＫＩの代表作である「極幻」。
珠玉の日本料理と響き合い、
忘れられないひとときへと誘う。

極幻 GOKUGEN

価格：32,780円（税込）

上品な味わいとクリアな旨味のバランスを持つ純米大吟醸。山形県鶴岡市の酒蔵にて醸造をしており、MINAKIが理想とする日本酒を作り上げた。原料米は、「酒米の王者」と誉高い兵庫県産「山田錦」を使用。精米歩合は17％で、200時間以上かけて米を磨きあげ、中心部のわずかな部分のみを使用することで雑味のない至高の味わいを実現している。世界最大規模の品評会「IWC2022」で金賞を受賞。フランスの品評会「Kura Master 2022」ではプラチナ賞を受賞。

PRESENT

年間製造本数が1,000本限定の
MINAKI「極幻」を
抽選でプレゼント

1名様

ミシュラン獲得店などファインレストランを中心に展開しているため、市場にはほぼ出回らない「極幻」を1名様にプレゼント。ご希望の方は下記URLまたは、QRよりご応募ください。
応募締切：2022年8月末日まで
https://bit.ly/3yhS7Mv

応募はこちらから

日本酒が持つ可能性の拡張を目指すＭＩＮＡＫＩが作り上げた究極の一本「極幻」。その魅力と日本料理とのペアリングについて、銀座 稲葉のオーナー料理人で、和の巨匠としても知られる稲葉正信さんに話を伺った。

「とても洗練されたお酒、これがはじめて極幻を飲んだ時の印象です。聞けば、まず日本酒の理想像があり、それを実現するためにベストな米を探し、酒蔵を訪ね、精米歩合にもこだわり抜いて生み出した日本酒だそうで、その背景にも惚れ込みました。そんなストーリーも一緒に楽しめるのがいいですね」

そう語る稲葉さんは、〝伝統とは革新の連続である〟という考え方のもと、大胆で自由な発想で日本料理に挑み続けている。

「極幻は、従来の日本酒のあり方にとらわれず、新しい表現を求めつつも、日本酒に底通する本来の魅力は大切に守っている。私の料理の表現、さらに言えば私の生きざまと相通じるところがあると感じました」

今回、その極幻に合わせてくれた料理は、「焼き穴子のウニ乗せ 有馬山椒のソース」だ。

「淡白な穴子と濃厚なウニ、そして有馬山椒のソースの味のメリハリが、極幻の雑味がなくやわらかな口当たりと絶妙にマッチします」と稲葉さん。

「この極幻が面白いのは、ふくよかで甘みもあって、それでいて引きもいいから食中酒としても合うし、最後の締めにしてもちゃんと味わいが濃く残るし、吟醸香が華やかなので最初に持ってきてもいい。どのタイミングにも合わせやすい万能な日本酒だと思います」

その品質はもちろん、世界観にもこだわった新しい日本酒を、ぜひ一度味わってみてほしい。



銀座 稲葉　**稲葉 正信さん**

三重・伊勢志摩のリゾート「アマネム」や東京・汐留のホテル「コンラッド東京」で総料理長を務め、2014年に「文化庁長官賞 文化発信部門」を受賞。2021年7月、銀座 稲葉をオープン。



淡白な穴子を香ばしく焼き、濃厚なウニにピリリとした有馬山椒のソースのインパクトが絶妙なバランスの「焼き穴子のウニ乗せ 有馬山椒のソース」。

銀座 稲葉

℡03-6260-6568
㊟中央区銀座8-12-15 1F
㊡銀座線新橋駅より徒歩5分
㊐Morning／平日10:30～の部
土9:00～の部、10:30～の部
Dinner／17:00～
㊡不定休［完全予約制］

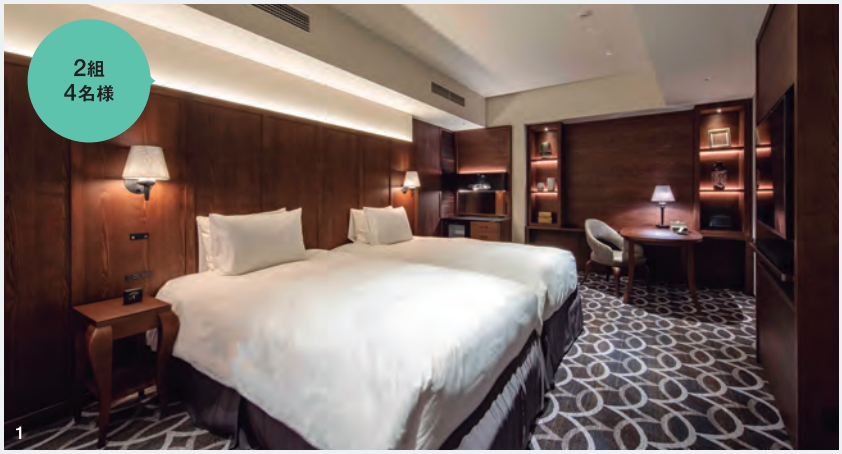
Present

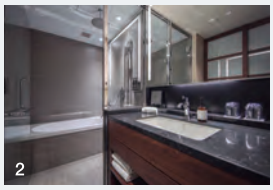
AFFLUENT 2022 AUGUST

読者の皆様に感謝の気持ちを込めて
編集部がセレクトした“とっておき”をプレゼント。

1

2組
4名様







1.シックな雰囲気の中に木の温もりを感じる客室。2.広いバスルームでくつろぐ癒しの時間を。 3.朝食は、栄養バランスと美味しさを追求した「ウェルネスブレックファースト」。フルサービスのコースメニューで、500kcal以内におさまるよう考案されている。

ホテルグランバッハ東京銀座 エグゼクティブフロア・スーペリアツイン ペア宿泊券（1泊朝食付き）

「バッハとウェルネスキュイジーヌで心身が癒されるステイ」がコンセプトのホテルグランバッハ東京銀座。「バッハ」の名にふさわしく、毎月第3木曜日には音楽家の生演奏が楽しめる「サロン・コンサート」を開催。都心とは思えぬ静謐な環境、四季を感じる食、癒される音楽が美しく調和した、ここでしかできない体験を提供している。食事は管理栄養士の資格をもつウェルネスフード・コンシェルジュが監修。五感を満たす滞在が、身も心も癒してくれるはずだ。

宿泊券利用期限：2023年3月31日（金）迄　※除外日あり

℡03-5550-2222
㊟東京都中央区銀座5-13-12
㊟「東銀座駅」4番出口より徒歩1分
Ⓦ https://www.grandbach.co.jp/ginza/

2



2名様

THULE「Thule Nanum 18L」

スウェーデン発「THULE」から発売された「Thule Nanum（スーリー ナナム）」。テンションメッシュ・バックパネルを搭載し、背中とバッグの間に空間を設け、不快な汗蒸れを軽減。環境に配慮した撥水コーティングや収納に便利なポケットも装備しており、アウトドアだけでなく日常使いにも最適だ。他にも多彩なプロダクトを展開する「THULE」製品は西武池袋本店本館8階のTHULEコーナーでチェックできる。

価格：16,500円（税込）

ゼット株式会社
Ⓦ https://zett.jp/thule/

3

2名様



Aladdin グラファイト グリル&トースター（グリーン または ホワイト）

0.2秒で発熱する株式会社千石の特許技術「遠赤グラファイト」を搭載し、短時間かつ高温で焼き上げるため、「外はカリッと、中はモチモチ」のトーストが楽しめる。さらに付属の専用グリルパンとグリルネットを使えば、グリル料理、オーブン料理、蒸し料理などの調理が可能で、公式サイトでは多彩なおすすめレシピも公開中。調理の手間を減らして時短にも繋がる、忙しい毎日を送る人にぴったりのアイテムだ。

価格：22,000円（税込）　※各色1名、カラーは選べません。

日本エー・アイ・シー株式会社
℡0120-88-3090（平日9:00〜17:00）
Ⓦ https://aladdin-aic.com/product/agt-g13a

4

3名様



DIESEL ワイヤレススピーカー（ブラック）

DIESELのオーディオ製品ラインに、ワイヤレススピーカーが登場。ステレオペアリングにより2つのスピーカーを接続して音楽を再生できるほか、14時間再生が可能かつ防水モデルのため、水場のレジャーシーンでも活躍してくれる。さらに360度のサウンド体験を叶えるラウンド型で、上下にサブウーファーを搭載。音質にもこだわりながら、「DIESEL」のロゴが存在感を際立たせるファッショナブルなスピーカーだ。

価格：11,000円（税込）

DIESEL CUSTOMER SUPPORT
℡0120-55-1978
Ⓦ https://www.diesel.co.jp/ja/man/

AFFLUENT公式サイトの
プレゼントページからご応募ください。
https://afflu.jp/present/
※締め切りは2022年9月4日（日）

100th
美しい時代へ
東急グループ

PATEK PHILIPPE
GENEVE

東急グループ創立100周年記念企画

パテック フィリップ展 2022

会期：9月4日(日) 10時～20時 30分　会場：ザ・キャピトルホテル東急 1階「鳳凰の間」

※入場無料　※混雑時には入場制限をさせていただく場合がございます。

お問い合わせ：渋谷・東急本店 5階 時計売場 TEL.03-3477-3572(直通)　担当：久保・宮囿・松坂



7130
婦人用、自動巻、K18WG、
ワールドタイム、ダイヤ付ベゼル
7,326,000円（税込）

東急グループ創立100周年の記念催事として、「パテック フィリップ展 2022」を開催いたします。コンプリケーションウォッチやTwenty～4などの人気モデルを展示します。世代を超えて愛され続ける〈パテック フィリップ〉の世界観をぜひ体験ください。

交通のご案内

■地下鉄千代田線 国会議事堂前 6番出口 地下直結　■地下鉄丸ノ内線 国会議事堂前 千代田線ホーム経由 (434m) 6番出口 地下直結
■地下鉄南北線 溜池山王駅 6番出口 地下直結　■地下鉄銀座線 溜池山王駅 南北線ホーム経由 (220m) 6番出口 地下直結
■ 東京駅より車で約10分　■首都高速都心環状線 霞ヶ関出口より車で約3分

ザ・キャピトルホテル東急 ：〒100-0014 東京都千代田区永田町 2-10-3 TEL 03-3503-0109　www.capitolhoteltokyu.com



※営業日・営業時間を変更する場合がございます。
最新の詳しい情報は、ホームページにてご確認ください。

hug everyone.

東急本店
TOKYU

〒150-8019 東京都渋谷区道玄坂2-24-1 TEL.03-3477-3111〈代表〉 www.tokyu-dept.co.jp
営業時間：10時30分～18時30分 ※一部営業時間が異なる店舗がございます。

TO IMPROVE PERFORMANCE

超簡単チェック&リセット!

自律神経を整えて仕事効率アップ

コロナ禍は社会生活に大きな変化をもたらし、
新しい生活様式もすっかり定着した。
しかし、「以前に較べ、仕事の効率が落ちた」、
「やる気はあるのにパフォーマンスが上がらない」、
さらには不眠、頭痛、胃腸の不調など、原因の分からない
症状を抱えるビジネスパーソンが増えているそうだ。
これらの原因、実は自律神経の乱れによるものかもしれない。
ではなぜ、自律神経は乱れるのか。そもそも自律神経とは
どのような働きをするものなのか。
改めて、自律神経について正しく理解し、乱れの解消法を
学ぶことで、活力にあふれる毎日を再び取り戻そう。





自律神経の働きとは? 乱れるとはどういうこと?

「最近は以前にも増して、はっきりとした原因がわからない不調を訴える人が増えています。
その多くは、さまざまなストレスによって生じた自律神経の乱れによるものと考えられます」。
そう語るのは、せたがや内科・神経内科クリニックの久手堅先生。
まずは、自律神経の仕組みや、乱れてしまう原因を知り、自身の状態をチェックしてみよう。

交感神経と副交感神経がバランスよく働くことが大事

自律神経とは、気温や湿度などの状況に合わせて、内臓や代謝、体温といった身体の機能を24時間体制でコントロールする神経のこと。心身の活動が活発なときに優位に働く「交感神経」と、心身がリラックスした状態のときに優位に働く「副交感神経」が、状況に応じてシーソーのようにバランスを取りながら働いている。

「大切なのは、交感神経と副交感神経のバランスに大きな乱れがなく、必要な時にスムーズに切り替わることです。しかし、自律神経はストレスの影響を受けやすく、精神的なストレスや疲労、寝不足などの身体的ストレス、気圧や気温の変動による環境的なストレスなどによってバランスを崩しがちです。とくに現代のビジネスパーソンは、長時間のパソコン使用や、帰宅後も寝る間際までスマホが手放せないなど、交感神経優位になっている時間が長く、自律神経のバランスが乱れやすい状態にあるといえます」と久手堅先生。

また、自律神経は脳の視床下部から始まり、脊椎（背骨）の中の脊髄を通り全身の各器官につながっている。そのため、骨格にゆがみが生じると脊髄が圧迫され、自律神経の働きを妨げることになるので、日ごろの姿勢も注意が必要だという。

「本人は大丈夫なつもりでも小さなストレスが積み重なり、一気に自律神経が乱れ、不調が現れることもあります。そうした自律神経の乱れによる不調は原因が特定しにくく、薬や手術で治るものではありません。自律神経の乱れを放置すれば、自律神経自体の老化を早めることにもなります」

自律神経の乱れを慢性化させず、早めに手を打つためにも、まずは自律神経が乱れやすい状態になっていないか、セルフチェックをしてみよう。

交感神経と副交感神経の働き

交感神経（アクセルの役割）

身体と心が「興奮モード」のときにスイッチオン

日中、興奮したとき、驚いたとき、ストレスを強く感じたとき、緊張したとき、不安や危険、恐怖を感じたとき



常にバランスが保たれていることが重要

副交感神経（ブレーキの役割）

身体と心が「お休みモード」のときにスイッチオン

日暮れ以降、眠っているとき、のんびりリラックスしているとき、食後にゆったりしているとき、癒しを感じたとき



せたがや内科・神経内科クリニック院長
久手堅 司（くでけん つかさ）先生

医学博士。日本内科学会・総合内科専門医、日本神経学会・神経内科専門医、日本頭痛学会・頭痛専門医、日本脳卒中学会・脳卒中専門医。東邦大学医学部卒業。2013年にクリニックを開業し、「自律神経失調症」、「気象病・天気病」など多数の特殊外来を設置。原因がわかりにくい不調の診療にあたる。雑誌やテレビ番組などメディアに多数出演するほか、講演などでも活躍中。

久手堅先生の著書



『最高のパフォーマンスを引き出す自律神経の整え方』（クロスメディア・パブリッシング）



『毎日がラクになる！ 自律神経が整う本』（監修）（宝島社）

CHECK 2

普段の姿勢や表情でわかる自律神経の状態

まっすぐ立って姿勢をチェック

1. 身体の中心軸が左右、あるいは前後に傾いている
2. 首が前に出て、猫背や反り腰になっている

イスに座った姿勢をチェック

3. 首が前に出て、猫背や反り腰になっている
4. 浅く腰かけて背もたれに寄りかかっている

動作のチェック

5. 座った状態から立ちあがるときに、ふらついたり力んだりしがち
6. 歩き始めの2〜3歩でふらついたり力んだりしがち

表情のチェック

7. 唇をひき結んだり、歯を食いしばったりしがち
8. 頬の筋肉がこわばっていて、表情が硬い

CHECK 1

こんな習慣に要注意！自律神経を乱す生活習慣

1. パソコンやスマホを長時間見ている
2. デスクワークが多い（座ったまま、動かない時間が長い）
3. 運動をする習慣がない
4. 一日中カフェイン（コーヒー、紅茶、エナジードリンクなど）を摂取している
5. 生活が不規則（昼夜逆転生活）
6. 週末に寝だめをしている
7. 寝る直前に夕食をとることが多い
8. 仕事で完璧を目指しがち、責任感が強い
9. ストレスに弱い、常にストレスにさらされている
10. 最近、人事異動や転勤、転職などで環境が変化した

デスクワーク時は、こんな姿勢に要注意！



Ⓐ首が前に出て、骨盤が前傾している反り腰　Ⓑ前かがみになり首が前に出ている猫背　Ⓒ背もたれに寄りかかり骨盤が後傾し、首が前に出ている猫背。いずれも注意が必要だ。

当てはまる項目が多い人ほど自律神経が乱れやすい

生活習慣チェック1の1、2に該当する人は、目と頭だけを使っていて、常に交感神経が優位な状態。姿勢も悪くなりやすく、血流が滞りがちに。

3の場合は、通勤時に長めに歩くなどして、意識的に活動時間をつくりバランスを取りたい。

4のカフェイン摂取も交感神経優位な状態になるので、摂り過ぎには注意が必要だ。

5、6は、日中に交感神経が活発になり、夜になると副交感神経に切り替わるという自然なサイクルが乱れてしまう。

7は、睡眠の質を下げ、自律神経に悪影響を及ぼすことになる。

8、9、10は、継続的なストレスやプレッシャー、変化への対応による緊張状態によって、自律神経の乱れに繋がりやすくなってしまう。

姿勢・表情チェック2の1〜4の状態は、呼吸が浅くなり、体内に十分な酸素が行き渡らず自律神経が乱れ、脳も酸欠状態になり、仕事効率が悪くなる。

5、6に該当する人も、骨格のゆがみが生じ、身体の軸がブレている可能性がある。

7、8は、自分では意識していなくてもストレス過多の状態といえる。耳を軽く引っ張ったり揉んだりすると血行がよくなり緊張がほぐれるので、気が付いたときにやってみよう。



気付いたときに、超簡単！ 自律神経メンテナンス

「自律神経を整えることが大切だとはわかっていても、
面倒なことは無理」というビジネスパーソンのために、普段の生活の中で、
ちょっとした心がけでできるメンテナンス法を紹介しよう。

家で過ごすとき

起床したら朝日を浴びる

朝日を浴びることが副交感神経から交感神経に切り替わるスイッチになり、夜になると睡眠ホルモンの分泌を促し、寝つきをよくしてくれる。

湯船につかる

忙しかった一日の終わりくらい、ゆっくり湯船につかる時間をつくりたい。湯温は38～40度のぬるめで、寝る2時間くらい前までに入浴を済ませるのが理想だ。

涙活してみる

涙を流すことで、自律神経は交感神経優位の状態から、副交感神経優位に切り替わる。涙活は手軽で効果も絶大で、涙一粒で1週間程度はストレス解消効果が持続するというデータもある。かつて感動した映画や漫画を見返して、思い切り涙を流してみよう。

好きなことに集中する

仕事や心配ごとなどのストレスから解放される時間をつくることが大事。長続きさせる必要はないので、関心のあることにトライしよう。パソコンやスマホを使わずにできることがいい。

普段の食事で

食べる順に注意

ご飯やパンなどの糖質（炭水化物）は重要なエネルギー源だが、摂りすぎると血糖値が急激に変動し、自律神経のバランスに影響する。サラダや野菜のおかず、汁物、肉や魚などのたんぱく質、最後にご飯という順番を心がけ、血糖値の急変動を抑えよう。

ゆっくり食べる

仕事の合間に急いでよく噛まずに食べたり、仕事をしながらサンドイッチやおにぎりなどで簡単に済ませたりしている人は、食事時間をきちんと確保することから始めたい。

おやつには高カカオチョコ＋ナッツ

甘いものが食べたくなったら、ポリフェノールを多く含むカカオ70％以上のチョコレートと、自律神経を老化から守るビタミンEが豊富なナッツ類との組み合わせがおすすめ。

デザートに食物繊維が豊富なドライフルーツ

ドライフルーツ（干し柿、イチジク、アンズ、プルーンなど）は甘味が凝縮されていて少量でも満足感がある。

職場や仕事中に

イライラしたらあえて笑顔に

イライラしている、機嫌が悪いと感じたら、あえて口角を上げて笑顔をつくってみよう。深呼吸を組み合わせるのも効果的だ。

完璧を目指さない、責任を背負い込まない

「今日はここまで」、「これは自分の仕事ではない」という割り切りもときには必要。気持ちの切り替えを行おう。

他者に求めすぎない、他者と比較しない

「自分はこんなに頑張っているのに」とか、「あの人はこんなに評価されているのに」などと思ってストレスを溜め込むより、人は人、自分のやるべきことをやればいい、と割り切ることが大切。

緊張しているときはガムを噛む

咀嚼には副交感神経の働きを高め、心を落ち着かせる効果があることが知られている。緊張したり、気持ちが昂ったりしているときはガムを噛んでリラックス。



呼吸を意識して自律神経の切り替え上手に！

自律神経は本人の意思とは無関係に働くものだが、唯一、意識的に交感神経と副交感神経の切り替えができるのが呼吸だ。前かがみになると肺が圧迫され、呼吸が浅くなる。浅い呼吸をしている時は交感神経が優位になり、逆に、深くゆっくりした呼吸をしているときは副交感神経が優位になるので、呼吸を意識することで自律神経のスイッチの切り替えができる。

仕事の合間に行うことで心身の疲労回復に役立つのが「基本の3・5・5呼吸法」と、「背骨伸ばし」だ。ずっと机に向かって同じ姿勢のままでいると血流が滞り、首や肩のこり、腰痛などの原因にもなる。こわばった身体をほぐすためにも、座ったままの深呼吸に加えて、立ち上がって全身にアプローチすることが有効だ。息を吸うときに交感神経が優位になり、吐くときに副交感神経が優位になるので、吐く方を意識しながらやってみよう。1～2時間に1回程度の休憩をはさむと集中力も増し、仕事の効率もアップする。

また、「上向き呼吸法」は、車の運転中に渋滞に巻きこまれた際のイライラなどを落ち着ける効果も期待できるので、覚えておくといい。

自律神経の調整は「7割」でも十分と考える

ここで紹介したことをすべてやろうと思う必要はない。自律神経の整え方は人それぞれなので、できそうなものを試してみて、少しでも効果が感じられるものを続けていけばいい。自律神経は7割整っていれば十分働いてくれるので、日ごろのメンテナンスもゆる～く、できる範囲でやっていこう。

動悸やイライラ改善に効く「上向き呼吸法」



1 鎖骨の下に両手を添えて、下に軽く引く。

2 首を30～45度後ろに傾け、3秒かけて鼻から息を吸い、3秒止める。

3 6秒かけて口から息を吐く。

「基本の3・5・5呼吸法」で骨格リセット



1 骨盤を立たせ、まっすぐ正面を向いてイスに腰かけ、肋骨の下に手を添えて、3秒かけて口から息を吐く。

2 肺を膨らませ、肋骨と横隔膜を押し上げるイメージで、5秒かけて鼻から息を吸う。

3 肋骨と横隔膜を押し下げることをイメージしながら、5秒かけて口から息を吐く。

肩、背中、腰のこわばりをほぐす「背骨伸ばし」



1 姿勢を正して立つ（壁に沿って立ったときに、後頭部、肩甲骨、お尻、かかとを壁につけて、壁と腰の間に指1本分の隙間が空くくらいのイメージで立つ）。



2 第一頸椎（首の一番上の骨）から、第二、第三と順番に曲げていくイメージで、首からゆっくり上半身を前に倒していく。（背骨も上から順に倒していくイメージで）



3 肩や腕の力を抜き、身体を倒し切った状態でかかとに重心を移して約60秒間キープ。軽く息を吐きながら、背骨をひとつずつ積み立てていくイメージで、ゆっくり身体を起こす。



変形性膝関節症や慢性疼痛の痛みに新たな選択肢

関節の痛みや慢性疼痛の治療に、新たな選択肢として注目されている「再生医療」だが、その安全性や効果については知る機会が少ない。そこで、ミライズクリニック 南青山の佐藤先生に話を聞いた。

Q1　再生医療はどんな症状に対応して、どんな方に適した治療法なのでしょうか？

変形性膝関節症や慢性疼痛にお悩みの方が対象となります。再生医療は保存療法と手術療法との間を埋める新たな治療の選択肢のみでなく、早期の治療にも適しています。膝や肩などの関節や頸、腰などの慢性的な痛みに悩んでいる方、これまで消炎鎮痛薬やヒアルロン酸注射などを続けてきたけれど良くならないという方、手術をすすめられているが踏み切れないという方、合併症などがあり手術したくても出来ないという方、家庭の事情で入院できないという方などに適した治療といえます。

Q2　再生医療の安全性について教えてください。

自分の幹細胞や血小板を取り出して使うため、安全な治療といわれています。しかも日本の再生医療は世界でもトップクラス。世界に先駆けて各種法律も整備されています。

Q3　再生医療の効果はどのくらいありますか？

再生医療には様々な種類があり、当院では「脂肪組織由来幹細胞（ASC）療法」と「多血小板血漿由来成長因子（PFC－FD）療法」という治療法を導入しています。データでは、症状の進行度が軽い人ほど効果を得やすいことがわかっています。変形性膝関節症は進行度が4段階あり、PFC－FD療法の場合、ステージ1で約80％、ステージ2で約70％、ステージ3で約60％、ステージ4で約50％の治療効果があるといわれています。変形性膝関節症は急に悪くなるものではなく、40代～50代で違和感や軽い痛みを感じ始め、加齢とともに重症化していきます。ステージ1、2の段階でASC療法やPFC－FD療法を受けておけば、将来歩けなくなるリスクが軽減し、医療費の削減にもつながります。

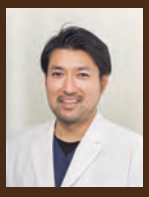
Q4　再生医療の効果はどのくらい持続しますか？

個人差がありますが、一般的に投与後1～2週間程度で効果を感じ始め、半年から一年以上持続します。なかには一度の投与で数年間効果が続く方もいらっしゃいます。症状の進行度によっても期待できる効果が変わってくるため、正確な診断がなによりも大切です。ご自身の病状を正しく理解し、どのくらいの効果が期待できるのか把握したうえで治療を決断してください。当院では無料相談会を毎月実施していますので、まずはお気軽にご相談ください。

8・9・10月の無料相談会

毎週水曜10:00～18:00　第2・4木曜 14:00～18:00

1回の所要時間は約60分間、完全予約制となります。
ご予約・お問合せは下記までお願いいたします。



佐藤 敦 先生

昭和大学江東豊洲病院整形外科講師、日本整形外科学会専門医、日本整形外科学会認定スポーツ医、日本体育協会公認スポーツドクター、日本医師会認定健康スポーツ医ほか。東京2020大会ではジャマイカチームの公式ドクターを務める。ミライズクリニック 南青山再生医療総監修医。



ミライズクリニック 南青山では、再生医療に不可欠な大学病院並みのクリーン度の高いオペ室を完備している。また、理学療法士も在籍し、再生医療と同時進行でリハビリも行うことができる。



治療後の体力を回復するための個室のリカバリールームのほか、院内全体の内装は「再生」をテーマにしている。温かみのある木や大理石を使用しており、術後も落ち着いてゆったりと過ごせる。

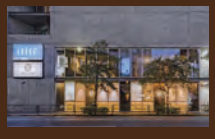
ミライズクリニック 南青山
MIRISE CLINIC MINAMI AOYAMA

お問合せ・ご予約　03-6450-5915

港区南青山6-10-18 トライアングル南青山1F
・表参道駅 b1出口より徒歩 7分
・渋谷駅バス51番乗り場より1つ目「青山学院中等部前」より徒歩2分、「南青山 6丁目」より徒歩1分
・専用駐車場2台有り　・タクシーサービス有り

診療時間
10:00 ～18:00

休診日
月・火・金曜日



三ツ星
セレクション
Three Stars Selection

古山浩司氏の糖度23度以上の桃「神秀」

食のプロとAFFLUENT編集部が厳選した、日本各地のとっておきの逸品をお届け。
130年以上続く古山果樹園が桃で世界を目指す！　1玉10万円の究極の桃をご紹介。



樹上でギリギリまで完熟させ、ベストなタイミングで収穫する至高の桃

桃の産地として知られる福島県で、明治16年より農業を営む古山果樹園。その5代目となる古山浩司さんは、就農前のエンジニアだった経験を活かし、科学的な技術と理論的な知識をもとに、桃作りを行っている。

ステビアなど自然のものを組み合わせた堆肥を使用し、果実が肥大し過ぎないよう水分管理を徹底するほか、園地の樹と樹の間隔やひと玉あたりの葉の枚数にもこだわる徹底ぶり。毎日、自身の手で触れて状態を確認し、高糖度ギリギリまで完熟させて収穫を行うため、一般的な桃の糖度11度程度に対し、古山さんの作る桃〝神秀〟は驚異の23度超えを実現している。その果肉はトロのようにとろける食感で、口に入れた瞬間に果汁がじゅわっと溢れ、今までに感じたことのない強烈な甘みが広がる。

市場ではまずお目にかかれない、この奇跡的な糖度の桃。この夏、ぜひ味わってみてはいかがだろうか。





糖度や味のブレが無いよう、ひと玉ずつ「近赤外分光分析センサー」で測定し、その写真と一緒に桃を送る。

うまいもんドットコム × AFFLUENT

日本全国の産地と消費者を繋ぐ美味しいお取り寄せサイト「うまいもんドットコム」とのコラボレーション。希少品種やちょっと贅沢な高級品などを厳選してお届け。

古山浩司氏の
糖度23度以上の桃「神秀」

詳細・購入はこちらから

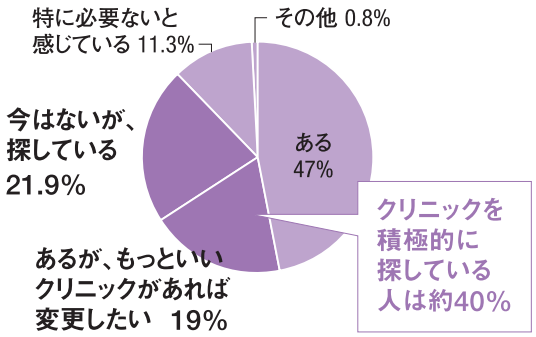
福島県産 1玉　※常温
108,000円（税込・送料別）※化粧箱入
消費期限：桃の熟度を見ながらお好みの硬さでお召し上がりください。
https://afflu.jp/mitsuboshi/m202208/



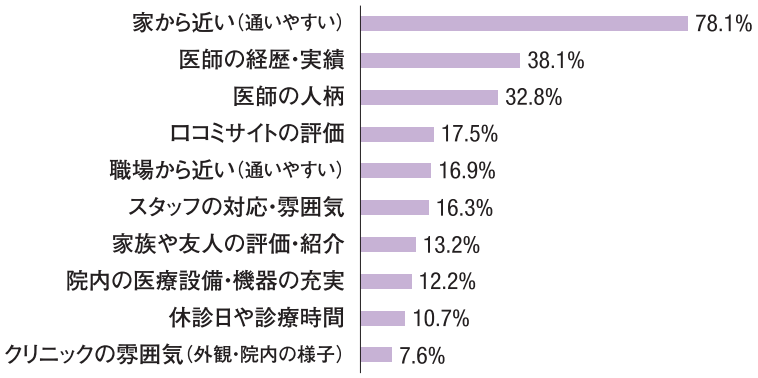
PREMIUM CLINIC

2022年1月に行った読者アンケートによると、現在、信頼できるかかりつけ医がある方は約50%。
一方、クリニックを積極的に探している方という人は約40%という結果に。年齢とともに増える
身体の不調や悩み。常に最高のパフォーマンスを出せるよう、信頼できるドクターを見つけておこう。

■ 信頼できるかかりつけの医師やクリニックはありますか?



■ クリニックを選ぶときに重視することは?(上位10位) ※複数回答



顎関節症、認知症予防は正しい咬み合わせから全身の不定愁訴も改善

歯科・咬み合わせ

歯科

所長
丸山剛郎先生

1968年大阪大学大学院歯学研究科修了。大阪大学歯学部教授を経て、2000年大阪大学名誉教授に就任。元北海道大学医学部教授で脳科学者の澤口俊之氏との共同研究により「丸山咬合医療」を確立。咬み合わせに関する公開講座を開催しているほか、著書も多数。









丸山咬合医療センター 東京(銀座)クリニック

お問合せ・ご予約(24時間予約留守電) 090-8759-5623

丸山咬合医療センター | 検索

https://www.jio-maruyama.info/index.html

住所
東京都中央区銀座4-5-1
聖書館ビル301
・銀座駅より徒歩3分

診療時間
8/24(水)・27(土)10:00〜11:00、
28(日)13:00〜14:00
※9月以降の診療時間はHPをご覧ください。

休診日
不定休

取材:JM企画03-3538-0346

不調の原因は〝顎のズレ〟?顎ズレ是正の多様な効果

顎のズレが健康に影響することを突き止め、1万8千人以上の心身症状を改善してきた丸山先生。「丸山咬合医療」は、顎のズレを治して咬み合わせを正し、頭痛やめまい、五十肩、疲労感など、原因不明の不定愁訴を改善する治療法だ。顎のズレが是正されると頚椎のゆがみが解消され、血管や神経の圧迫がなくなり全身の血流がスムーズになる。それにより、首・肩の凝りをはじめ全身の不調が改善するほか、免疫力も向上。さらに、脳への血流も増加することで脳神経機能が活性化し、認知症予防にも効果が期待できる。身体の不調や物忘れが多くなったと感じている人はぜひ相談を。

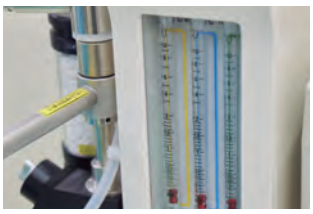
院長
岡村 正之（おかむら まさゆき）先生



国立山梨大学を卒業後、横浜市立大学、国立循環器病研究センターで一般麻酔、心臓手術麻酔、集中治療等を研修。茅ヶ崎市立病院、藤沢市民病院、戸塚共立第1病院を経て、2022年4月に新橋DAYクリニックを開設、院長に就任。日本専門医機構認定麻酔科専門医。

熟練の麻酔科医による安心の痛覚コントロール

個々の患者に応じて麻酔の方法や量を選択する麻酔科医は、手術の安全を管理する重要な役割を担う。日帰り手術では、麻酔の効きと覚醒のコントロールに専門的な知識と経験を要する。





2022年4月に「患者の負担軽減」を掲げ新橋に誕生した同院では、患者のプライバシーに配慮し個室も完備している。

都心のビジネスパーソンに新たな選択肢
患者の負担を軽減する鼠径ヘルニア手術

低侵襲の腹腔鏡手術で身体への負担が大幅に低減

2022年4月、麻酔科医として豊富な経験を持つ岡村正之医師は、新橋に鼠径ヘルニアの日帰り手術をメインとしたクリニックを新規開業した。

鼠径ヘルニアは〝脱腸〟とも呼ばれ、嵌頓（かんとん）状態を放置すると腸閉塞や腸の壊死につながる疾患だ。唯一の根治方法である手術は経済的身体的負担が大きかったが、低侵襲手術の普及により、日帰り手術が可能になっている。

罹患率の高いとされる40歳以上の男性患者は忙しさにかまけて、痛みなどの実害がなければ放っておくという選択をしがちだ。岡村院長が〝サラリーマンの聖地〟と呼ばれる新橋での開業を決意した理由のひとつが、こうした働き盛りのビジネスパーソンに鼠径ヘルニア治療の可能性を提供することだった。

同院では、板橋中央総合病院腹腔鏡手術センターの黒崎哲也センター長を中心とした、腹腔鏡手術の最前線で経験を積んだ外科医師が執刀に当たる。腹腔鏡手術では、約5㎜程度の手術創からカメラと鉗子を挿入し手術を行う。通常の鼠径ヘルニアの手術であれば概ね4時間ほどで帰宅が可能だ。

全身状態によっては提携院でのCT検査などが必要になる場合もあるが、最短2回の通院で鼠径部の違和感や将来的なリスクから解放される。

新橋DAYクリニックは、同院の目指す安心安全な日帰り手術を通して、すべての方にとっての新しい価値を提示していく。





新橋DAYクリニック

お問合せ・ご予約 **0120-546-195**

新橋DAYクリニック | https://1dc.jp/

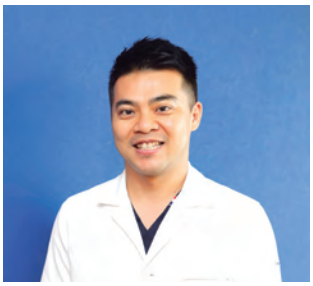
住所
東京都港区新橋1-15-7 新橋NFビル6F
・JR各線新橋駅日比谷口より徒歩1分
・東京メトロ銀座線新橋駅B出口より徒歩0分
・都営三田線内幸町駅A2出口より徒歩2分

診療時間
火・木・土曜日 9:00～18:00
水・金曜日 11:00～20:00

休診日
月曜日、日・祝日

取材：株式会社アミリレーションズ 03-6276-3633

院長
高木謙太郎先生



東京慈恵会医科大学卒業後、東京慈恵会医科大学附属柏病院勤務。その後、東京都立墨東病院、東京都保健医療公社豊島病院などの消化器内科での勤務を経て、2022年5月、四谷内科・内視鏡クリニックを開業。約15年間にわたって消化器内科を専門とし、数多くの内視鏡検査を行う。

内視鏡専門医による苦痛の少ない内視鏡検査

経験豊富な高木先生の技術により、痛みや苦痛が少ない検査が可能。鎮静剤を使用した場合はウトウトしている間に終了するため、より苦痛を感じることなく検査できる。





四ツ谷駅、四谷三丁目駅からそれぞれ徒歩5分以内とアクセス抜群。同性の対応を希望する女性には、女性医師による検査も可能だ。

早期発見で胃がん・大腸がんをゼロへ
働き盛り世代こそ受けるべき内視鏡検査

忙しい日々を送る人に寄り添う環境づくり

早期発見が重要といわれる、胃がんや大腸がん。早期に適切な治療ができれば完治も期待できるからこそ、定期的な検査の重要性は高い。四谷内科・内視鏡クリニックでは「胃がん・大腸がんゼロ」を掲げ、早期発見に取り組んでいる。

たとえば会社勤めの方が来院しやすいよう、平日のお昼や土曜日も診療・検査を行っているほか、出勤前に検査ができる「モーニング胃カメラ」なども実施。通常、内視鏡カメラの検査は事前診察を含め、二度の来院が必要になる。しかし同院では、事前診察はオンラインを活用し、検査当日のみの来院で済む。さらに、検査当日に自宅で下剤を服用するのが不安な場合には、来院後に服用し、電源・無線LAN完備の半個室スペースで仕事をしながら検査まで待機することも可能。検査後は、都会の街を見下ろす眺めの良いリカバリールームで、20～30分ほど身体を休めて終了。その後はそのまま仕事へ行くこともできるので、昼休みなど仕事の合間に来院して検査する人も多いそうだ。このように検査を後回しにしがちな働き盛りの世代にこそ受けてもらえるよう、できる限りハードルを下げるさまざまな工夫がされている。

40歳を過ぎて検査を受けたことがない人は特に、早めの検査をおすすめしたい。経験豊富な医師と来院しやすい環境が整う同院で、ぜひ検査を検討してはいかがだろう。





四谷内科・内視鏡クリニック

お問合せ・ご予約　03-3341-2220

四谷内科・内視鏡クリニック
https://www.yotsuya-naishikyo.com/

住所
東京都新宿区四谷2-11-6
フォーキャスト四谷6F
・四谷三丁目駅より徒歩3分、四ツ谷駅より徒歩5分

診療時間
［消化器内科］火～金曜日 9:30～18:30、土曜日・第2日曜日 9:00～16:00（※第2日曜日は検査のみ）
［糖尿内科］
火～金曜日 9:30～16:00、土曜日 9:00～12:00

休診日
月曜日、日・祝日

取材：YOTSUYA企画
090-5889-5939

さまざまな骨董品が飾られた店内は昭和の趣



骨董品に囲まれて味わう喫茶店の餃子

六曜館珈琲店

• 山梨・甲府市

昼は観光客が憩う店として妻の光子さんが、夜はお酒も飲める店として娘の明子さんが切り盛り。明子さんは酒の肴にと、市内の閉店した人気餃子店の小振りな餃子を参考に独自の味を考案。これが評判となり、餃子目当てに他県から訪れる人もいるほどだ。

締めの1杯にもコーヒーはぴったり。有機栽培豆を使った六曜館ブレンド600円は香り高く味わい深い。注文を受けてから豆を挽き、ネルドリップでいれる。カップは北欧の老舗フランド「アラビア」社製を使用。

「父が開業するとき、親交のあった女優、高峰秀子さんから薦められたカップだそうです」と明子さんは打ち明ける。

「青春とは人生の或る期間を言うのではなく心の様相を言うのだ」。壁に飾られた詩の一節は、この店の神髄を表しているようだ。

甲府駅の南、旅館萬集閣のツタに覆われた側壁の間に扉がある。1973年、旅館の応接室を独立した店にリフォームして開業した六曜館珈琲店だ。

古色蒼然とした店内はテーブル席10脚、カウンター4席とこぢんまりしていて、いくつもの柱時計が掛かり、年代物のランプ群が展示されている。旅館業のほかに骨董品店を営む店主の成澤秀仁さんが、コレクションを披露する場所でもある。



1



2

1.餃子（大）1,300円
2.旅館とは別の入り口



創業当時の器具を使ってネルドリップでコーヒーをいれる成澤明子さん



六曜館珈琲店

㊟山梨県甲府市丸の内2-15-15
㊡中央線甲府駅南口から徒歩5分
℡055・222・6404
㊐9時～L.O.22時
㊡日曜休、祝日不定休

Text_HIDEHIKO TANABE Photographs__KEI AOTANI

満足感・納得感・安心感の高いオンラインセミナー

資産形成を、「分かる」から「出来る」にする

お金を増やすノウハウを学ぶ

14年間で650回以上開催！ 延べ約6000名以上が参加！

本セミナーでは、特定の金融商品に偏らず資産形成のトータルなノウハウが学べます！
金融商品のセールスを目的とせず、数多くの金融関連資格を持つ
独立系ファイナンシャルアドバイザー（IFA）が様々な視点から100％お客様の立場でお話しします。
各回共通　定員：15名　受講方法：ZOOM
お一人様いずれか一つ、一日限りのお申込みとなります。
多くの方が参加できるよう、複数のセミナーの参加はご遠慮頂いております。

¥0 参加費 無料！

安定運用実現のための 商品&ノウハウ& マーケット最新情報

運用経験者必見！


伊藤

日時 8月21日（日）10〜12時
9月　7日（水）14〜16時

2000年から世界の仕組みに変化が起こりすべてにおいて格差の激しい時代となりました。しかし、同時に規制緩和や自由化によるチャンスが増えて世界は成長を続けているのも事実です。変化の激しい最近の運用環境にも柔軟に適応でき、安定的な運用結果を得ることができる「お金が殖える仕組み創り」のノウハウや商品・マーケットの最新情報をお伝えします。※本セミナーは運用経験者向けの内容となります。

こんな方におススメ ●安定した運用を実現したい方 ●資産形成の再構築を行いたい方 ●ご自身の現状のポートフォリオや運用の方向性に疑問をお持ちで、セカンドオピニオンを受けてみたい方 ●金融機関ではなく、独立系プライベートバンカーと一緒に安定した資産形成を実現したい方

着実! 安心! 40代50代限定 働く女性のための資産形成術

日時 8月21日（日）14〜16時 泉
9月　3日（土）14〜16時 水野
9月14日（水）14〜16時 泉


水野


泉

男性より女性が長生きする時代。今や4人に1人は98歳まで生きるとも言われており、女性も自分で働いて人生を全うできるよう、これからはお金の自立をしないといけない時代ではないでしょうか？ 特に、女性は人生の中でいろいろな変化があるため、その時その時に対応ができるよう《ライフマネープラン》を創ることがとても大切です。運用は時間を味方につけて、コツコツ継続するのがポイント。プロのサポートを受けながら、着実に、安心して資産形成に取り組んでみてはいかがでしょうか？

こんな方におススメ ●漠然と将来のお金に不安をお持ちの方 ●安定的にお金を殖やしたい方 ●今と将来をより豊かで安心なものにしたい方 ●サポートを受けながらお金を長生きさせたい方

NISA・つみたてNISA・確定拠出年金・ iDeCoの活用ポイントと資産形成ノウハウ

日時 8月20日（土）14〜16時 水野
9月10日（土）14〜16時 泉
9月15日（木）14〜16時 水野


水野


泉

国の準備した非課税制度（NISA・つみたてNISA・確定拠出年金・iDeCo）を具体的にどのように活用したらよいのか？ 今まで金融教育を行ってこなかった日本では、金融機関の売る側の理論が先行して広告戦略が立てられます。金融機関では教えてくれない、買う側の理論で仕組みやメリット・デメリットをお伝えします。更に、安定運用を実現するためのノウハウも分かりやすく解説します。

こんな方におススメ ●将来のお金の問題をクリアしたい方 ●NISA、つみたてNISAを活用したい方 ●確定拠出年金、iDeCoを活用したい方 ●資産形成を実現したい方 ●プロのサポートを受けながらノウハウを習得したい方

講師紹介

伊藤 英行 コンサルタント
株式会社マネーコンサルティンググループ代表取締役
取得資格他：プライマリー・プライベートバンカー・AFP／ファイナンシャルプランニング2級技能士・証券外務員二種・企業年金総合プランナー・相続診断士

水野 貴美子 コンサルタント
一般社団法人マネーコンサルティンググループ 代表理事
取得資格他：ファイナンシャルプランニング3級技能士・証券外務員二種・住宅ローンアドバイザー・相続診断士

泉 順子 コンサルタント
一般社団法人マネーコンサルティンググループ 専務理事
取得資格他：ファイナンシャルプランニング2級技能士・証券外務員二種・住宅ローンアドバイザー・一般社団法人 相続・事業承継コンサルティング協会

MCG Money Consulting Group

セミナーの詳細・お申し込み・お問い合わせは
下記検索ワードで検索、またはQR よりアクセス
マネーコンサルティンググループ

一般社団法人マネーコンサルティンググループ　〒153-0064　東京都目黒区下目黒1丁目4番7号グリーンハイツ行人坂405号室　℡03-6420-0652



TSUWA MONO

大人の逸品

Photographs_HIDE NOGATA.

線香花火 筒井時正 花

¥5,500（税込）

伝統の光を守り進化した、希少な国産線香花火

日本の夏の風物詩ともいえる花火。中でも、夏の終盤に灯す線香花火は、終わりつつある夏の寂しさが相まって、より一層儚げで美しく感じるものだ。そんな線香花火だが、現在販売されているほとんどが輸入品で、国内産はわずか3社が製造するのみとなっている。

1929年に福岡県みやま市で創業した「筒井時正玩具花火製造所」はその1社だ。元々は子ども向け玩具花火を製造していたが、1999年に国内唯一となっていた線香花火製造所が廃業すると聞き、3代目の筒井良太がその製造所に出向き修行、技術を継承する。その後、「線香花火をより良いカタチで後世に伝えていきたい」との思いから、デザインや原材料に独自にこだわった「線香花火 筒井時正」をリリース。持ち手部分を「花」や「蕾」で表現し、天然の染料を使って優しい色合いに染めた見た目は、「美しすぎる線香花火」としても注目を集める。火薬は30年以上寝かせた宮崎産の松煙を使用し、火薬を包む紙は火のまわり方が最適な福岡県八女市の手すき和紙を用いている。100分の1グラム単位で調整された火薬に吟味を重ねた素材、そして熟練の職人が一本一本丁寧に縒り上げた線香花火は、外国産に比べて火花が大きくかつ上品に美しく咲く。そして途中で火の玉が落ちにくく、消え入る最後の瞬間まで得も言われぬ美しい火花を放ち続けるのだ。

パッケージに湿度や温度変化に強い桐箱を使用することで翌年にも楽しめるそうで、時を経た線香花火は“熟成”することでさらに柔らかく、温かみのある火花を散らすようになるという。そんな国産品ならではの風情を、残り短い夏の思い出に楽しんでみてはいかがだろうか。

㈱筒井時正玩具花火製造所株式会社　℡0944-67-0764　Ⓦhttps://tsutsuitokimasa.jp/



林 亮平さん

大津さんの料理はオリジナリティが魅力。ワクワクするレストランです。開店時期も近く、公私共にお世話になっています。



大津光太郎さん

美食のバトンを受け継いで



TOKYO Gourmet Baton

東京グルメバトン

70

自然派ワインと共に味わう独創性あふれる中華料理

O2

おーつー／清澄白河

「てのしま」の林 亮平さんからバトンを受け継いだのは
清澄白河の中華料理店「O2」の大津光太郎さん。
既成概念にとらわれない唯一無二のモダン中華を提供する。



上海風フカヒレの姿煮

フカヒレは気仙沼産。「修業時代から作り方は変わらない」という奥行きある味わいで、ボリュームもたっぷり。コースにて提供（11,000円）。

清

澄白河駅からほど近い住宅街の一角にある中華料理店「02」。オーナーシェフ大津光太郎さんが「あえて中華らしくない雰囲気を目指した」というように、一見するとお洒落なカフェのような雰囲気で、「大津」の名字に由来する「02（オーツー）」という店名も中華を感じさせずユニークだ。

〝中華らしくない〟店の佇まいと同様、02の料理はいわゆる王道の中華とは一線を画している。「中華の食材、調味料、技法のうちどれか一つは必ず使う」と決めた上で、ハーブや柑橘類、クスクスなど中華に馴染みのない食材も柔軟に取り入れている。アプローチは自由奔放。しかしながら、皿の上ではそれぞれの味が絶妙なバランスでまとまり、口に含めばそれは確かに中華料理なのだ。

「大切にしているのは香りと余韻。例えばミントやディルなどのハーブを使うことによって、後味がふわっと軽くなります。中華料理は『重い』『味が濃い』というイメージを持たれがちですが、私が意識しているのは『抜け感』です」

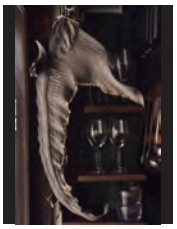
そんなオリジナリティあふれる料理に合わせるのは、大津さんも昔から好きだというナチュラルワインだ。ワインの繊細な風味が失われることのないように、料理には辛みやしびれといった刺激の強い味付けを避けているという。

「せっかくなら、ここでしか味わえない料理を楽しんでいただきたい。お客様の満足を追求しながら、現状に留まることなく常に前進を続けたいですね」

季節の食材を取り入れたおまかせコースは、訪れる度に新しい驚きを提供してくれるはずだ。肩肘張らずカジュアルに、中華の奥深さを堪能したい。







PROFILE

東京都出身。調理師専門学校では当初フレンチを志すも「一番美味しくできたのが中華だった」と中華に転向。卒業後は東京・赤坂の「トゥーランドット臥龍居」に入り、15年の経験を経て2018年3月に「02」を開店。



ディルやミント、セルフィーユといったハーブをふんだんに使った「カツオの梶谷農園のハーブサラダ」（単品1,210円）。

02

㊟東京都江東区三好2-15-12 峯岸ビル1F
℡03-6458-8988
㊡17:00〜22:00（L.O.）
㊡不定休
㊊おまかせコース 6,000円、11,000円（すべて税別）
Ⓦhttps://www.instagram.com/o2_kiyosumishirakawa/



フカヒレと合わせるなら「Philippe Vandelle Vin Jaune L'Etoile」がおすすめ。ブランデーを思わせる芳醇な香りがフカヒレの旨みと相性抜群。



カウンターの木目とダークグリーンのソファーが落ち着いた雰囲気の店内。



Words_TOMOMI KATO Photographs_KIYOSHI TSUZUKI

AFFLUENT

PREMIUM GALLERY

人生を楽しむ大人のための
毎日を豊かにする情報をお届け

渓流沿い清涼感あふれる宿「紫雲荘」
オーナーシェフによる、打ち立て十割そばが自慢





専門誌「蕎麦春秋」にもとり上げられた自慢の田舎蕎麦風の十割そばは、宿人気の一品。天然水を使い自然薯や朝鮮人参などを練りこんだ月替わりのかわりそばや、そば会席コースが味わえる。また、早川に面した露天風呂・客室露天では、心地よい湯浴みが日々の疲れを癒してくれる。

9月～は松茸土瓶蒸し付き会席

亭主自らが厳選した鮮魚や、産地直送の野菜をふんだんに使用した季節の会席コース、伊勢海老や鮪などからメイン料理が選べるグレードアップ会席まで、各種プランをご用意。詳細は公式HPから確認を。

鶴井の宿　紫雲荘

℡0460-85-8511　㊟神奈川県足柄下郡箱根町塔之沢92（無料駐車場有）
㊡不定休　㊟20,900円～

箱根　紫雲荘

真の健康食でガンの不安を払拭する方法



日々の献立で重要なのは、栄養バランスより「○○」を摂ること。それが不足すると身体は回復できない……。「○○不足」から病気が発症するメカニズムとは？　無料の健康WEB講座で「○○」を解説します。

正しい食の知識が学べます

自然健康学を独修した板前歴23年の料理家による「本質的に身体に必要な料理＆献立」健康WEB講座。

エンザイム食養法アドバイザー・料理家 佐藤 周生

℡080-9002-7322
㊡9:00~18:00（土日のみ）
✉wa-cooker@shusei-sato300.com

銀座で25年! 成婚実績100組以上
プロの仲人による本気の婚活をしてみませんか



キャリア25年のベテラン仲人、藤原栄子が本人の意思を尊重しながら、成婚するまで何度でもとことんサポート。10万人以上の会員データと人脈を活用し、合う人を責任を持って紹介してくれる。厳しい入会審査を通った本気で結婚したい人だけが登録しており、20～70代まで年齢、条件関係なく実績多数。お悩みの方はぜひ相談を。

まずはお気軽にご相談を

服装や立ち振る舞いなど、相手の方の好印象を得るためのマナー指導なども行ってくれるため、初めてのお見合いでどう対応して良いか分からない、といった不安をお持ちの方も安心。初婚、再婚、熟年婚、お子様連れ婚まで、年齢や条件は一切関係なく、相談者の気持ちに寄り添いながら、丁寧に対応してくれる。



銀座ブライダルサロン

℡03-3567-7381　㊟東京都中央区銀座1-14-9 銀座スワロービル1F
㊋有楽町線銀座一丁目駅10番出口より徒歩2分　㊡11:30～18:00　㊡月・木曜日

銀座ブライダルサロン

全室個室×リクライニングソファの癒し空間で
男の印象を上げる美しい手元を手に入れる





「男がネイルケアなんて……」そう思ってはいないだろうか。男女関係なく、美しい手元・指先は相手にさりげなく好印象を与えられる。実は気になっていたけれどなかなか踏み出せなかった人も、VAJRAなら人目が気にならない個室での施術なので安心。露出が増える夏、ぜひ挑戦しては。

初来店の方は初回10%OFF

VAJRAのメンズネイルはHAND（60分）、FOOT（90分）の2種類。HAND＋FOOTのコース（90分）もあり、爪の形成、角質ケア、マッサージなどを行う。初めての来店なら、初回10%OFF。予約時に「初回特典利用」と伝えて。

VAJRA TOTAL CARE SALON

℡03-5412-8066　㊟東京都港区六本木6-7-14 ㊋六本木駅より徒歩2分
㊡10:00～19:00（LO17:00）　㊡月曜日

VAJRA　六本木



会津地方は野菜・米に適した環境で、冬は雪、夏の寒暖差が激しいため野菜の味が濃いのが特徴。





契約生産農家の花見さんが作るお野菜は、直売所に出してもすぐに売り切れる人気野菜です。

～山奥の、会津から。～　会津野菜
栄養たっぷりの朝採れ新鮮野菜をお届け

自然豊かな会津で野菜と真摯に向き合う契約農家さんがたっぷり愛情をかけて育てた、会津野菜。朝採りの野菜をその日のうちに発送するため、野菜本来の美味しさとみずみずしさを味わえます。春・夏は西会津ミネラル野菜セット、喜多方アスパラ野菜セット、秋・冬は西会津/喜多方新米＋秋・冬野菜セットがあり、茎立ち菜、春の山菜、アスパラ、ミネラルトマト、長人参、新米、白菜、雪下キャベツなど、その時期一番美味しい野菜をお送りします。2名様には小セット、4名様には大セットがおすすめ。定期便ならさらにお得にお楽しみいただけます。ぜひ山奥の会津からまごころのこもった贈り物をご賞味ください。



INFORMATION

会津山塩プレゼント!

裏磐梯大塩温泉を煮詰めて生成した逸品。ご注文内容確認ページ最下部のお問合せ欄に「アフルエント見た」とご入力ください。
※期間限定
2022年8月31日まで

会津野菜

℡0241-49-2022　㊟福島県耶麻郡西会津町奥川豊島字下松2399
㊡9:00～19:00　㊡日・夏季・年末年始　ⓦhttps://aizu-yasai.jp

会津野菜

熱海座 坂東玉三郎舞踊公演

宮ノ下温泉 富士屋ホテル宿泊

詳しくはWebへ!

美しい舞台姿と存在感、圧倒的な美貌で現代歌舞伎を代表する女形「五代目坂東玉三郎公演」を、日本の伝統芸能や音楽を発信している「MOA美術館能楽堂」でお楽しみ下さい。

伝統工芸品を使用したプレミアムランチ

漆芸の人間国宝、室瀬和美は「工芸品というのは使う人のためを思って作る、自分たちはこれを使ってくれる人が幸せになって欲しいと思って作っている」と語っています。工芸は、実際に使って楽しむことで作り手と使う側の美的交歓が生まれます。つまり作家の思いとそれを受けて使う人の、作品を通しての人と人との結びつきです。
このたびの花の茶屋での「伝統工芸品を使用した食事会」では、吉冨隆二料理長による地産地消の食材を使用した和食を、人間国宝をはじめ工芸作家が制作した器を使用し提供することで、こうした工芸のもつ美的特質をご体感いただく機会を創出したいと考えています。


吉富料理長


花の茶屋(イメージ)


懐石コース料理(イメージ)

写真3点:MOA美術館提供


坂東玉三郎 ©篠山紀信


能楽堂



富士屋ホテル

箱根のクラシックホテルにご宿泊。創業当時のレシピを受け継ぐ洗練フレンチに舌鼓。
メインダイニングルーム ザ・フジヤ
提供:富士屋ホテル

コース No.110-2450-AF　**ご出発日と旅行代金**　※1名様一室は25,000円増し。

2022年11月13日(日)		2022年11月12日(土)	
大人(12歳以上) おひとり様2名様一室	125,000円	大人(12歳以上) おひとり様2名様一室	135,000円

1	東京駅(8:30～9:30発)・品川駅・新横浜駅＝＜東海道新幹線＞＝熱海駅ー●MOA美術館(係員の案内付き)…●MOA美術館「花の茶屋」…●MOA美術館能楽堂(五代目坂東玉三郎の舞踊公演)ー宮ノ下温泉(泊)《富士屋ホテル フォレスト・ウイング フォレストサイド》	昼 夕
2	ホテル・ゆっくり出発ー早雲山駅〰箱根ロープウェイ(空中散歩)〰大涌谷〰芦ノ湖畔・桃源台駅ー○箱根神社ー箱根仙石原プリンスホテル(和食膳のご昼食)ー小田原駅＝＜東海道新幹線＞＝品川駅・新横浜駅・東京駅(16:00～17:30着)	朝 昼

●添乗員同行(1日目熱海駅から2日目小田原駅まで)　●最少催行人員：15名
●食事：朝1、昼2、夕1回付　●利用バス会社：東海バス等
■記号の説明／＝列車　〰ロープウェイ　ーバス　…徒歩　○下車観光　●入場観光

※熱海駅集合解散の日帰りツアーもございます。

旅行企画・実施　読売旅行 そのたび、わくわく。　東日本販売センター　☎050-3172-4343
〒271-0092 千葉県松戸市松戸1307番地1 松戸ビル12階　総合旅行業務取扱管理者／河野 勝
観光庁長官登録旅行業第91号　●営業・電話受付時間／9:30～17:30 ※祝日は休み

※詳しい旅行条件を説明した書面をお渡ししますので、事前にご確認の上お申し込みください。

※QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。



sodastream®

いつでも新鮮！作りたての美味しさ！

- カンタン操作で自分好みの強さに！
- 追い炭酸でいつもシュワシュワ！
- 500ml約18円でリーズナブル！
- 専用ボトルでゴミもゼロ！



全国の百貨店・専門店・家電量販店・大型スーパーなどでお買い求め頂けます。詳しくはHPのお取り扱い店舗をご覧ください。
SodaStream コールセンター　0120-286-230

www.sodastream.jp　ソーダストリーム　検索

Re Discovery Journey

日本を巡る



海女文化

三重県鳥羽市

古くから伊勢神宮との関係も深い、鳥羽・志摩の海女文化。自然を敬い、たくましく生きる海女からパワーをもらう。

海女小屋「はちまんかまど」

㊟三重県鳥羽市相差町819
㊟鳥羽駅より車で約25分
℡0599-33-1023　㊡木曜日
㊐10:00～16:30（※2日前までに要予約）
Ⓦhttps://www.amakoya.com/





原初的な漁を受け継ぎ、自然とともに生きる海女

2000年以上続く神秘の伝統

日本で最も多くの海女がいるという志摩半島。身ひとつで水深5～20mまで潜り、アワビやサザエを獲る伝統的な漁は常に危険を伴う。だからこそ安全や豊漁を願い、漁具に刻む魔除けの印や漁の前に行う祈り、1年の様々な節目に行われる神事や祭りなど、海女独自の信仰や風習が受け継がれてきた。そうした文化的価値も含め、鳥羽・志摩の海女漁の技術は国の重要無形民俗文化財や日本遺産に認定されている。漁を終えた海女たちの笑い声が響く「海女小屋」は、漁の身支度や休憩をする〝基地〟のような場所。鳥羽市内には、海女との交流や新鮮な海の幸が味わえる海女小屋もあり、海女の日常を垣間見ることができる。遥か昔から続く神秘的な伝統と生き生きとした海女の姿に、きっと目を奪われるはずだ。





1.アワビを獲る海女。限界まで息を使い切り海中で作業する海女の仕事は「50秒の勝負」と言われる。2.冷えた体を温めるため、海女小屋で暖をとる海女。世間話に花を咲かせながら、漁の知識や技術が自然と伝承されていく場でもある。

鳥羽市の観光情報は、鳥羽市観光協会ホームページへ　http://www.toba.gr.jp/

江戸扇子職人 深津佳子
「理想は持ち主の魅力が輝く扇子」

Yoshiko Fukatsu

江戸末期から続く老舗「雲錦堂 深津扇子店」の5代目・深津佳子。
伝統の技法と現代的な美意識とを融合させた江戸扇子は、唯一無二の存在感を放つ。
150年の歴史を背負う扇子職人が切り開く、新たな伝統の形に迫る。

ボッテガ・ヴェネタの鞄に似合う扇子を作る

粋で洒脱。まるで江戸扇子の魅力を体現したような人柄である。工房での取材の冒頭、挨拶もそこそこに、次々と繰り出される話に思わず引き込まれた。中でも皇室御用達の名工だった父・深津鉱三氏とのエピソードは枚挙に暇がない。

「私にとって父は扇子職人として完璧な存在です。今も父を手本に修行を続けています」

そう語るのは、江戸末期から150年の歴史を持つ「雲錦堂 深津扇子店」5代目の深津佳子氏だ。

「幼いころから父にはよく手伝いをさせられましたが、逃げ回っていました（笑）。でも不思議と色には強い興味があり、扇面の色の組み合わせなどを考えるのは好きでした」

文化学院を卒業後、自分を表現できる何かを作りたいという気持ちはあったが、継承者になることは考えていなかったという。しかし、知人からの一言で意識が変わる。

「父が日本一の扇子職人であるということは、世界一の扇子職人でもあるということ。その素晴らしい技をなぜ引き継がないのかと言われました。正直当時はピンときませんでしたが、その言葉はずっと心の中に引っ掛かっていました」

そんなある日、街でイタリアの高級ブランド「ボッテガ・ヴェネタ」の鞄を持ち、颯爽と歩く女性を見かける。その瞬間「この鞄から出てきても違和感のない扇子を作りたい！」という強い思いが駆け抜けたという。物作りへの憧れと情熱が一体となり、29歳で父に弟子入り。職人としての日々がスタートした。

江戸扇子の伝統を守りながらもオリジナリティを追求

武家文化から生まれた江戸扇子は、雅な絵柄の京扇子に対してシンプルな絵柄が特徴だ。深津氏の扇子は「毘沙門格子」「鮫小紋」「三社網」など江戸ゆかりの伝統紋様に、女性ならではの柔らかい感性で現代的なアレンジを加えており、色合わせの妙を楽しめると評判だ。

「伝統に裏打ちされた柄や色には普遍的な美しさがあります。その伝統柄を活かしつつ、自分の感性を加えて、唯一無二の扇子を作りたいと思っています」

最近では、現代作家やふすま屋とのコラボレーションを行うなど、新たな試みにも積極的だ。

「国内外の美術館巡りや街歩き、舞台の観劇など、父は私に好きなことを自由にやらせてくれました。物作りのアイデアは、自分が持っているものの中からしかでてきませんから、多くの良いものに触れて感性を磨く機会を与えてくれていたんだと思います。今も産みの苦しみは多いですが、手にしたお客様に喜んでいただき、その方の魅力がひときわ輝くような扇子を作れたら最高ですね。これからも自分が納得できる扇子を作り続けていきたいです」

伝統技術展への出展やオンライン講座の開催など、江戸扇子の魅力を広める活動を積極的に行っているという深津氏。伝統に現代の風を吹き込む扇子職人として、独自の感性を武器に今日も新たな「粋」を生み出している。

Profile
1955年東京都荒川区生まれ。扇子界のレジェンドとして名高い父・深津鉱三氏に29歳で弟子入りして修行を重ね「雲錦堂 深津扇子店」5代目となる。皇室扇子御用達・荒川区指定登録文化財保持者。

雲錦堂 深津扇子店
㊟東京都荒川区荒川4-31-8
℡03-3807-6886
✉sensu@tcn-catv.ne.jp



（右）独自の色合わせが印象的な江戸扇子は、絵柄の考案から完成まで年単位の時間がかかるという。（中）歌舞伎で使用する舞扇。









伝統柄に自分の感性を加え他にはない江戸扇子を作りたい

分業制の京扇子とは異なり、江戸扇子は図案から仕上げまで30以上もの工程を一人で担当する。使用する素材のほか、季節や湿度の違いによっても繊細な調整が求められる。

Photographs_MASAMI OHIRA. Text_SAYAKA NAGASHIMA.



“英語”を活かした“転職”なら

ロバート・ウォルターズ

ROBERT WALTERS

東京：(03) 4570 1500　大阪：(06) 4560 3100　info@robertwalters.co.jp

ROBERT WALTERS



四季を感じ、旬を食す、大人の隠れ家へ

割烹 隆。店名は料理長 大塚隆廣の名前から取りました。
料理長がこだわり厳選した四季折々の旬の味覚を、
存分にご堪能いただける和食にてご提供いたします。
大切な方とのひとときを、どうぞ心ゆくまでお楽しみください。











割烹 隆

割烹 隆 Ryu

℡03-6427-7734

㊟東京都港区南青山4-26-12 ボ・アード青山B1
㊡(昼)11:30～14:00 (夜)18:00～22:30
㊡日曜日・祝日 ⓦhttps://kappou-ryu.jp/

料理長　大塚 隆廣

1970年生まれ、神奈川県出身。ミシュランガイド東京 星獲得店である「銀座うち山」で料理長を務めるなど、数々の名店で研鑽を積む。食材の個性を引き出す熟練の技術と丁寧な仕事で、日本料理の奥深い魅力を追求し表現する。

再生医療で痛みをあきらめない

vol. 4

神経障害性疼痛①



新たな治療法として話題の「再生医療」だが、その本質を知る人はまだ少ない。
再生医療に取り組むミューズシティクリニック・仁杉直子先生に、
その具体的な治療法について症例別に解説いただく。
第4回は、あらゆる痛みの原因になる末梢性の「神経障害性疼痛」について。

長引く痛みの原因は神経障害の可能性も 痛みの根本を解決する再生医療とは

年齢とともに生じるさまざまな身体の痛み。3ヶ月以上、または通常の治療期間を過ぎても持続する痛みを「慢性疼痛」と呼ぶが、肩や腰など原因不明の痛みの多くは神経の痛み（神経障害性疼痛）だといわれる。ミューズシティクリニックの仁杉直子先生は、「神経障害性疼痛は何らかの原因で神経が障害されることによって起こり、目に見える傷や炎症がないのに痛みやしびれ、チクチク感などが続くのが特徴です」と語る。

神経障害性疼痛は、神経が障害される場所によって末梢性と中枢性に大きく分けられる。そのうち末梢性神経障害性疼痛で多いのが、ピリピリとした痛みと帯状の赤い発疹が現れる「帯状疱疹」の、発疹が治った後も痛みだけが残る「帯状疱疹後神経痛」。そして、手足のしびれや痛みを感じたり、逆に感覚がなくなるといった糖尿病の合併症「糖尿病性神経障害」などだ。一般的な痛み止めの投与では改善しにくいこれらの痛みに、効果的な治療法として注目されているのが「再生医療」である。

「再生医療は細胞を使った新たな治療法です。人が本来持つ『身体を再生する力』を活かし、健康な状態へと近づけます。当院では、患者さんご自身の細胞を鮮度の高い状態で用いることで、拒絶反応の出ない安全性の高い治療を提供しています」

ミューズシティクリニックの専門は皮膚科・麻酔科だが、再生医療の治療では、整形外科・形成外科と緊密に連携し、先進的なチーム医療体制を整えている。「神経障害性疼痛に特に有効なのは、ADRCs（脂肪組織由来再生幹細胞）を用いた治療です」と語るのは、連携する武蔵浦和整形外科内科クリニックの尾崎大也先生だ。



光を点滴するMLDS。光の色によって得られる効果が異なる。

「ADRCsによる治療では主に腹部の脂肪を吸引し、特殊な機械で取り出したフレッシュな幹細胞を点滴して全身に巡らせます。注入した幹細胞が神経組織を修復し、痛みの緩和へと導きます。腹部の脂肪を使うため、お腹周りがスリムになる副次的な効果を期待する方もいます。また、取り出した脂肪は、顔や手の若返り、バストアップなどに利用することも可能です」

同院では再生医療以外の治療法として、加齢により現れる高血圧や糖尿病、動脈硬化などを抑えるNMN点滴や、血液を酸化させ代謝を促すオゾン点滴なども導入。さらに、痛みの緩和や抗炎症作用、免疫力向上も期待できる、MLDSという特殊なレーザー機器を用いた最新の光線療法も実施できる。長年の痛みに悩む人々にとって「最後の砦」ともいえる再生医療とともに、複合的な治療で痛みの根本から改善を目指せるはずだ。



「神経障害性疼痛」の治療ステップ

神経障害性疼痛には、NMN点滴やオゾン点滴、幹細胞上清点滴（幹細胞から生産された抗炎症作用のある物質だけを取り出した液体を点滴する方法）などの点滴療法と、再生医療のADRCsによる治療が効果的とされている。点滴療法のほうが安価だが、痛みが強い場合は効果を実感できない人もいるため、最後の砦として神経そのものを速やかに再生させる効果のある幹細胞治療（ADRCs）が選択されることが多い。



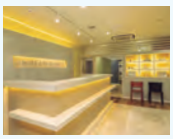
専用個室でリラックスしながら点滴が受けられる。

ミューズシティクリニック　再生医療代表
医学博士 仁杉直子

獨協医科大学卒業。2006年、医療法人 仁愛会「ミューズ皮膚科ペインクリニック」開院。
麻酔標榜医、麻酔科専門医。
現在獨協医科大学埼玉メディカルセンター麻酔科非常勤講師を務める。

ミューズシティクリニック　整形外科担当
医学博士 尾崎大也

日本医科大学卒業。2013年、「武蔵浦和整形外科内科クリニック」開院。
日本専門医機構認定整形外科専門医、日本スポーツ協会公認スポーツドクター。視覚障害者柔道チームドクターとして東京2020パラリンピックに帯同。



ミューズシティクリニック
㊟埼玉県さいたま市南区別所7-2-1 武蔵浦和メディカルセンター2F　㊤JR埼京線・武蔵野線「武蔵浦和駅」より徒歩4分
℡048-839-2233　㊡9:30～13:00、15:00～19:00
㊡木曜日、日・祝日　Ⓦhttps://muse-city.com/
ミューズシティクリニック

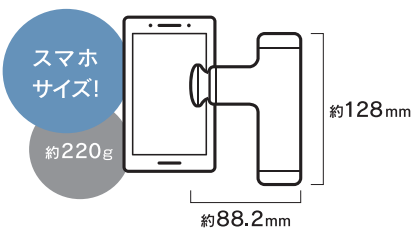
取材：MA企画　080-3432-2394



トンデモナイボディケア

最小・最軽量※

※ドクターエア ガンシリーズにおいて



エクサガンルイパー

詳しくはこちら

ドクターエア　0120-05-8000　受付時間10:00～18:00 / 年中無休（年末年始除く）

DOCTORAIR



ZWILLING

ZWILLING ENFINIGY®
ツヴィリング エンフィニジー

Designed by Matteo Thun & Antonio Rodriguez

驚くほど滑らかで口当たりのよい仕上がり

刃物メーカーならではの“切れ味”にこだわった特殊形状のブレードで
どんな食材も細かく粉砕。滑らかさが違います。
普段は捨ててしまう野菜や果物の皮や芯、種だって丸ごといただきます。
栄養素もしっかり取りながら、食材本来の美味しさをお楽しみください

ENFINIGY:
From Energy (エナジー) & Infinity (無限)



エンフィニジー
パワーブレンダー プロ

6つの自動プログラムで、様々なメニューを
ボタン一つで簡単調理。
加熱調理ができるスープモードでは温かな
スープが出来上がります。