

午前9:00～午前12:00
(初診9:00～11:30)午後2:30～午後6:30
(初診2:30～6:00)

日	月	火	水	木	金	土
☺	☺	☺	☺	☺	☺	☺
☺	☺	☺	☺	☺	☺	☺

引き続き電力ピーク時の節電のため、9月30日まで 午後の診療は15:00から行います。尚、10月1日からは14:30診療開始に戻ります。ご迷惑をおかけいたしますが、ご協力をお願いいたします。

院長 平 竜三

2011年 9月

日	月	火	水	木	金	土
				1 全日	2 全日	3 休診
4 全日	5 全日	6 全日	7 休診	8 全日	9 全日	10 休診
11 全日	12 全日	13 全日	14 休診	15 全日	16 全日	17 休診
18 全日	19 休診	20 全日	21 休診	22 休診	23 休診	24 休診
25 全日	26 全日	27 全日	28 休診	29 全日	30 全日	

★22日(木)も臨時休診とさせていただきますので、9月は21日(水)から24日(土)まで4連休となります。

2011年 10月

日	月	火	水	木	金	土
						1 休診
2 全日	3 全日	4 全日	5 休診	6 全日	7 全日	8 休診
9 全日	10 休診	11 全日	12 休診	13 全日	14 全日	15 休診
16 全日	17 全日	18 全日	19 休診	20 全日	21 全日	22 休診
23 全日	24 全日	25 全日	26 休診	27 全日	28 全日	29 休診
30 全日	31 全日					

当院サイトにも情報を掲載しています。
どうぞご利用ください。


<http://www.azusawaseikei.com>

あずさわせいけい ひとつこむ

〒174-0051
東京都板橋区小豆沢2丁目36-13
マツエククリニックビル5F・6F

TEL: 03-5916-4970 FAX: 03-5916-4977

あずさわ通信 第34号 [2011.09.01発行]

あずさわ 医療と癒しの融合

発行元: 小豆沢整形外科

あずさわ通信

2011年
9月1日発行 第34号
あずさわ
小豆沢整形外科 医療と癒しの融合



リビングルームの四角い殺し屋 テレビで寿命短縮!?

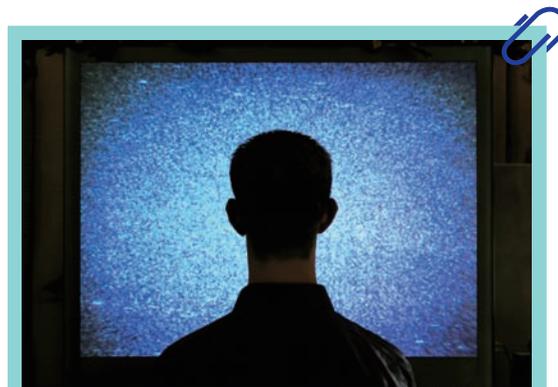
恐ろしい事実が判明しました。テレビを1日平均6時間見ている人は、見ない人に比べて平均余命がなんと、約5年も短くなるということです!

この研究はオーストラリアのクイーンズランド大学公衆衛生学部のヴェールマン博士らによって、先月8月15日に国際医学雑誌上に報告されました。博士らは、オーストラリアの25歳以上の11,247人のデータを健康データ、ライフスタイル、テレビ視聴時間を詳細に分析しました。

その結果、テレビを見る時間が1時間増えるごとに、全死亡リスクが8%上昇することが統計的に示されました。テレビを1日平均6時間見ている人は、平均余命が4.8年短くなることが示され、25歳を過ぎてからは1時間テレビを見るごとに、22分寿命が短縮するという値が算出されました!

我が国の統計では、日本人の平均視聴時間は5時間1分。世界で一番テレビを見ている国民です。ヴェールマン博士の研究結果に従うと、日本人はテレビによって毎日110分(22分×5)、つまり1日あたり2時間近くも大事な命を短縮させているということになります。

逆に、テレビを全く、あるいはほとんど見ない人は、男性で1.8年、女性で1.5年、平均寿命が長くなることも判明しました。



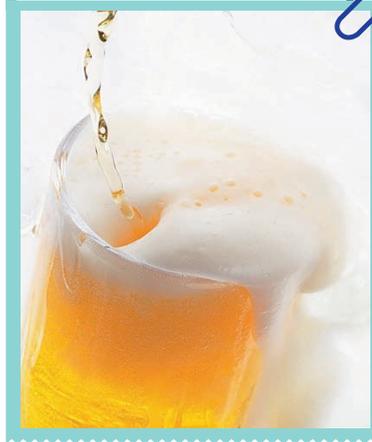
テレビは楽しいし、その楽しみも無く5年長生きしても…という考えもあるでしょう。反対に、テレビが無くても全然退屈しないよ、という人もいます。それぞれご自身の選択ですが、あなたはどちらを選びますか?
ちなみに私(平)の家にはテレビがありません。

マスコミに騙されないで! CO₂は悪者ではない

本誌7月号で、地球の平均気温は人類出現前から自然現象として大きな変動を繰り返しており、過去には現在よりずっと高温の時代が何度もあった事をお伝えしました。

CO₂ 温室効果は?

今、日本人なら小学生でも知っている「CO₂の温室効果」ですが、CO₂よりも遥かに温室効果が高いガスは水蒸気です。CO₂の大気中濃度は0.03%に対し、水蒸気は0.26%。湿度の高い地域では4%にも達し、大気の温室効果の約95%は水蒸気によるものと推計されます。CO₂の温室効果は全体のたった3%に過ぎません。しかもCO₂の大部分は元々自然界にあるもので、人為的に増えた量は微々たるものです。



CO₂ 濃度増加は気温上昇の結果

南極の氷から過去の気温と CO₂ 濃度を分析した結果、地球気温が上昇した後に CO₂ 濃度が増加していたことが解りました。気温上昇によって海水に溶けていた CO₂ が大気に放出されてくるのです。つまり CO₂ 増加は気温上昇の原因ではなく、むしろ結果と考えるのが科学的に妥当です。

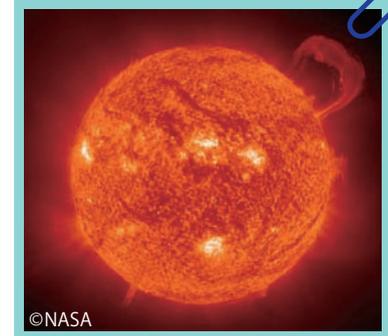
世界的な都市化の影響

でも最近の夏は猛暑が続き、冬も暖冬気味では?と感じますね。なぜこんなに暑いのでしょうか? 確かに世界中で都市部の気温が高くなっています。しかし、地球全体の気温データを見ると決して急激な上昇はしていません。これは全地球的な気温上昇ではなく、都市化に伴うヒートアイランド現象と考えられています。黒いアスファルト道路とコンクリートビルが太陽熱を吸収し、大量のエアコン・家電・自動車が膨大に排熱することで、熱が街中にこもってしまうのです。



太陽活動の影響

地球全体の気温には太陽活動が大きな影響を及ぼしています。太陽は11年から12年周期で活発になったり静かになったりを繰り返していますが、更に数百年程度の長い周期の変動があります。活発になると黒点が増え、熱とともに太陽風というプラズマ粒子の放出が増加します。



太陽風が地球の周囲に多く吹き付けることで、地球に降り注いでいる宇宙放射線(宇宙線)が太陽風に邪魔されて大気中に到達しにくくなります。宇宙線は大気中に降り注ぐと雲を生じさせますが、宇宙線が減ることで雲が減り、地球気温は上昇するのです。

「マスコミ科学」が地球を滅ぼす

CO₂ は環境の敵とされ、CO₂ 排出は個人的にも国家的にも罪悪視されています。これは大変危険な考えです。なぜなら、「CO₂ を減らせば地球環境が良くなる」と単純に考える人が増えることで、それ以外の本当に危険な環境汚染に人々の関心が向かなくなるからです。

実際「CO₂ 温暖化説」は、テレビや新聞で大々的に流され、原発推進派の口実として利用されてきました。IAEA(国際原子力機関)の天野事務局長は今年3月の大震災直後に「原発は今後とも重要なクリーンエネルギーである」という啞然とする発言をしています。彼らの思想は「CO₂ より放射性物質の方がクリーン」(!?)というわけです。こういう「マスコミ科学」に騙されないようご注意ください。



地球環境を守るために本当に必要なことは CO₂ 削減ではありません。それは次号でお伝えします!