

月刊

本物だけをお届けするナルミとお客様とのコミュニケーションペーパー

2005

2月号

Vol.35

ぶんぶん通信

2005年2月1日発行 発行／株式会社ナルミ 〒043-0104 稲城市乙部町字館浦686-2 発行責任者／(株)ナルミ通販事業部 鳴海周平



こんにちは！お客様様の伊藤留美です！

我が家は現在、受験体制の真っ只中。長女が大学受験、長男が高校受験と2人揃って、毎日勉強に追われているようです。そんな時って親も結構たいへんなんですよね。特に精神的に…とにかく風邪をひかないように栄養をとらせなくちゃ、と毎日の食事には特に気をつけています。そして疲れを残さないようにお風呂には「竹炭」と「竹酢液」。しっかり温まってベストコンディションで受験に臨んでほしいものです。頑張れー、受験生！！（私も頑張ります…）

免疫力を発揮する力の源は「白血球」であるといわれています。血液中の大部分は赤血球が占めますが、その0.1%にも満たないほどの白血球がたいせつな免疫を担当している細胞です。この白血球は、「顆粒球」と「リンパ球」という2つの種類に大別されます。

免疫力の正体は何か？

「顆粒球」は、体内に侵入した細菌をやつける時に自らも死んでしまいます。自律神経は「交感神経」と「副交感神経」に分けることができます。これはこのそれぞれの神経が、白血球の働きと密接に関係しているんですね。

免疫力を発揮する力の源は「白血球」であるといわれています。血液中の大部分は赤血球が占めますが、その0.1%にも満たないほどの白血球がたいせつな免疫を担当している細胞です。この白血球は、「顆粒球」と「リンパ球」という2つの種類に大別されます。

免疫力を発揮する力の源は「白血球」であるといわれています。血液中の大部分は赤血球が占めますが、その0.1%にも満たないほどの白血球がたいせつな免疫を担当している細胞です。この白血球は、「顆粒球」と「リンパ球」という2つの種類に大別されます。

免疫力を発揮する力の源は「白血球」であるといわれています。血液中の大部分は赤血球が占めますが、その0.1%にも満たないほどの白血球がたいせつな免疫を担当している細胞です。この白血球は、「顆粒球」と「リンパ球」という2つの種類に大別されます。

免疫力を発揮する力の源は「白血球」であるといわれています。血液中の大部分は赤血球が占めますが、その0.1%にも満たないほどの白血球がたいせつな免疫を担当している細胞です。この白血球は、「顆粒球」と「リンパ球」という2つの種類に大別されます。

こことからだの vol.34 健康タイム



冬真っ只中、寒さの厳しい季節ですね。この時期は風邪が流行的季節もありますが、そういった中でも風邪をひかない元気な人たちたくさんいます。風邪をひきやすい人とひきにくい人、また病気になりやすい人となりにくい人。この違いを、免疫力という観点からお話ししてみたいと思います。

交感神経

副交感神経

筋肉質

毎週水曜日 AM9:15～AM9:25

FMイルカ (80.7MHz) で「こことからだの健康タイム」オンエア中！

毎月月末発行のフリーペーパー

北海道(道南エリア) 生活情報誌 「ダテパー」2月号掲載