

Dr.クマの“健康のヒント”



不都合な人体

人間の体は非常に良くできていて美しいと言われることが多い。確かに人体数十兆個の細胞がシステムとして機能するさまは美しいハーモニーと言えよう。その一方で、構造的に不都合が生じる部分も多い。例えばネズミのように歯が伸び続ければ虫歯の心配はないかもしれない。しかし、歯を伸ばすことでカルシウム不足となり骨折しやすくなるかもしれない。それは困るので、折り合いをつけた進化なのかもしれないとも思う。多くの動物は食物が通る経路と呼吸に使う経路が一部共有されている。人もそうで、口はものを食べ、息もする場所だ。ということは食べたものが気道に間違っ^{こえん}て入ることがありうる。これを誤嚥という。元気な時には咳をして排出

できるが、神経系の病気や高齢者ではなかなか排出できない。唾液すら誤嚥することがある。ここで注意すべきなのが、口の中にはたくさん細菌が住み着いていること、これが肺に入るとそこで誤嚥性肺炎を起こすことになる。抗菌薬治療を行うことになるが、繰り返しているうちに亡くなる方も多いのだ。一般的な注意としては、口腔や義歯のケア、早食いをしない、良い姿勢で食事することなどが挙げられる。口が気道と別ならばなあと思うこともあるが、食べ物の香りがわからないのもそれはそれで困る。一長一短だ。

北里大学医学部 教授 熊谷 雄治

ねえ知ってる?!日本の国土のこと クイズにチャレンジ!

私達が住んでいる日本の国土はどのような特徴があるのでしょうか? 国土についてのクイズを出題します。クイズにお答えいただき、あわせて月刊「建設」の記事についての感想、実施してほしい企画の希望などをお寄せください。正解された方の中から選定のうえクオカード(500円分)を進呈致します。

問題

日本一早く、初日の出が見られる場所はどこでしょうか?(離島除く)

1. 北海道富良野岳
2. 北海道宗谷岬
3. 東京都八ヶ岳
4. 富士山の頂上

ストック効果の事例が
勉強になったにゃ



※たくさんのご応募お待ちしております。
クイズの正解は次号にて発表します。
お楽しみに!!

11月号の答え
1. 越後山脈
でした。

1. 応募締切
月刊「建設」最新号到着からその当該月末日まで
2. 解答方法
右下のQRコードをご利用いただくか、全建HPの「ねえ知ってる?!日本の国土のことクイズにチャレンジ!」のパナーをクリックし、解答してください。なお、ご意見・ご感想・お名前等ご記入下さい。
※タブレットPC、スマートフォンからも解答できますが、従来型の携帯電話からは解答できません。
※管理の都合上、下記問合せ先からのご応募は対応し兼ねますのでご遠慮ください。
3. 当選発表
当選された方にはメールでご連絡させていただきますが、当選者は全建会員の方に限定いたします。
4. 問合せ先
一般社団法人 全日本建設技術協会 事業課 峯脇・中嶋
TEL: 03-3585-4546/E-mail: kensetsu@zenken.com

