

人気の病院&クリニックをご紹介します！

【盛岡市】

医療法人 千藤了会 久保田医院

呼吸器科 アレルギー科 消化器科 小児科 アンチエイジングドック

☎019-646-9090

美しく、健康に年を重ねる抗加齢
“アンチエイジング”という新しい発想。

抗加齢(アンチエイジング)医学とは、疾病の医学が対象としていた「病気の治療」から、「健康な人のさらなる健康」を指導するプラスの医療で、元気に長寿を享受することを旨とする理論的・実践的科学ともいえます。3年前に東北初となるアンチエイジングドックを導入した久保田医院。日本抗加齢医学会認定専門医でもある久保田先生に「抗加齢」についてお聞きしました。

年をとる、つまり加齢とは、生物が成長・分化・形態の形成などの後に必ず受ける、時間経過に伴う衰退の過程で、病気とは異なると捉えられていました。確かに人は年が経つにつれて年齢を重ねていきます。しかし、近年の研究結果から老化の原因は細胞の中にある、エネルギーを作るミトコンドリアという組織で発生する活性酸素により、細胞の膜や遺伝子が傷害され起こる事が明らかになってきました。よって、活性酸素を押しさえする事がアンチエイジングの基本といえます。アンチエイジングドックを受けることによって個人個人の活性酸素による老化のひずみや程度を診断し、それに対してオーダーメイドの治療をします。禁煙したり、紫外線を避けるなど生活習慣の改善は基本ですが、場合によってはサプリメント治療やホルモン療法、胎盤療法も



Doctor Profile

医療法人 千藤了会 久保田医院 院長
くぼた こうき
久保田 公宣 先生

盛岡市出身。昭和63年岩手医科大学内科学第3講座大学院卒業。「健康な人の更なる健康」、「生活の質の向上」を目標としたプラスの医療、「アンチエイジング」の普及に尽力している。

年齢を重ねても、
質の高い生活を保つために

年をとる、つまり加齢とは、生物が成長・分化・形態の形成などの後に必ず受ける、時間経過に伴う衰退の過程で、病気とは異なると捉えられていました。確かに人は年が経つにつれて年齢を重ねていきます。しかし、近年の研究結果から老化の原因は細胞の中にある、エネルギーを作るミトコンドリアという組織で発生する活性酸素により、細胞の膜や遺伝子が傷害され起こる事が明らかになってきました。よって、活性酸素を押しさえする事がアンチエイジングの基本といえます。アンチエイジングドックを受けることによって個人個人の活性酸素による老化のひずみや程度を診断し、それに対してオーダーメイドの治療をします。禁煙したり、紫外線を避けるなど生活習慣の改善は基本ですが、場合によってはサプリメント治療やホルモン療法、胎盤療法も

行い内部からも見た目の若さも獲得
します。
医療が病気を治すのに精一杯だった時代は過ぎ、これまでは難しかった細かな要求にも対応出来るようになりました。また、高齢化社会と女性の社会進出によっていつまでもアクティブに生きていきたいという人たちの「生活の質」を高めるために、抗加齢医学の重要性が叫ばれるようになりました。

抗加齢(アンチエイジング)医学の基本

- 生活習慣を改善し、健康長寿を目指すための医学。
- アンバランスな病的老化を予防・治療する。
- 老化のメカニズムの解明。
- 抗加齢(アンチエイジング)ドック(老化度判定のための検査と診断)。
- 抗加齢医学に基づく医療の実践。
- 内科、外科、皮膚科、眼科、耳鼻科、婦人科、泌尿器科、歯科など各科に渡る全身的医学。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	/
14:00~18:00	○	○	○	○	○	○	/



●盛岡市大館町26-3
●日・祝
●http://www.kubota-clinic.jp/

3年前に東北初となる、抗加齢医学、アンチエイジングドックを導入。



1139キロカロリー

【オードブル】3種焼酎刀魚とマグロは、コレステロールや中性脂肪を抑える働きがあります。
【スープ】地味盛りカリフラワーのポタージュジュベリー
骨の発育と代謝に不可欠なビタミンCを多く含むカリフラワーをスープにすることで栄養素を余すことなくお召し上がりいただけます。

【魚料理】海老と三陸橋立貝のポトワイン蒸し 豆乳とトマトのソース
海老に含まれるアスタキサンチンはビタミンEの約1,000倍の抗酸化作用があるとされ、ほとんどの病気の原因とされる活性酸素を抑えます。

【肉料理】食の世界遺産「岩手担亀牛」の旨味黄金焼き
酸味の効いたオニオソースには長寿遺伝子を活性化させるケルセチンを含む玉ねぎを使用。

【サラダ】漬りんごごと胡麻のサラダ
胡麻に含まれるビタミンEは抗酸化作用があり、ビタミンCと同時摂取した際に、その作用が最大限に発揮されます。

【デザート】岩手県産ぶどうのスムージー
ぶどうに含まれるポリフェノールは動脈硬化を予防し、ほとんどの病気の原因となる活性酸素を抑える抗酸化作用があるとされています。

【お茶】陸前高田産赤茶葉ティー
赤しそにはアレルギンA-産芽を緩和する「ロスマリン酸」が含まれ、免疫力アップ効果が期待できます。爽やかな色もお楽しみください。

【パン】県産米粉と五穀入りのブレッド
ミネラルや食物繊維が豊富に含まれた雑穀を用い、ホテル安比グランドのベーカリーで焼き上げました。



2009秋(9月~11月)アンチエイジングディナー

ホテル安比グランドメインダイニング「ラバンドール(ホテル安比グランド本館2階)」にて、久保田先生が監修を務めたアンチエイジングディナーをいただくことができます。季節の新鮮な地場産食材の機能性をバランスよく生かしたメニューで、安比グランドの各料理長が腕を振るっています。