



武陽食品株式会社

〒100-0005 東京都千代田区丸の内3-4-1 新国際ビル

TEL 03-3211-4831 Fax 03-3211-6004



「頸動脈エコー検査」で動脈硬化の進行がわかる

刑事ドラマで事件現場の刑事が、顎の下あたりに指を置いて、脈があるかを確かめるシーンは定番かと思えます。

そこに総頸動脈があり、心臓から脳に血液を送る「内頸動脈」と、顔や頭皮に血液を送る「外頸動脈」に枝分かれする部分になります。この総頸動脈にコレステロールなどがおこゆ状にこびりついた状態がプラークです。

動脈硬化は痛みなどの症状もなく進行していきます。「頸動脈エコー検査」により脳卒中や大動脈解離などを予防する効果が期待できます。



頸動脈エコー検査とは?

頸動脈の動脈硬化は「大動脈」「冠動脈」などの動脈硬化の程度を知る指標となります。頸動脈の血管は「内膜」「中膜」「外膜」の三層から成り、1.1mm以上だとプラークがあると見られます。

これを測定する機械が「頸動脈エコー」になります。首にプローブという器具を当てれば、血管内の画像が映し出され、痛みなく時間は10分程度。健康保険適用であれば、1,000円～1,500円程度、人間ドックであれば5,000円～10,000円で受診することができます。



動脈硬化の「危険因子」

動脈硬化を進める代表的な危険因子は従来からよく言われていた、①高血圧、②脂質異常症、③糖尿病、④喫煙、があり、これらを放置することで、プラークが大きくなり血管が狭くなります。プラークは血管に目詰まりを起こすほか、破いたり、脳に影響を与えたりと大きな病気の原因となります。

生涯健康支援 10 … 健康維持に必要な生活習慣

健康寿命延伸のため、「日本高血圧学会」が生活習慣のアドバイスを行っています。

- ① **減塩**…高血圧予防のため1日6g以下を推奨しています。ベーコン・ハムを避ける。漬け物を減らす。ラーメンの汁は飲まない。
- ② **野菜・果物の積極摂取**…胃がん・心臓病・膵臓がん・肺がんを低下させます。
- ③ **魚の摂取**…特にオメガ3脂肪酸が豊富な青魚・鮭・マグロなどを摂る。
- ④ **適正体重の維持**…肥満はがんと心臓病の重大因子で、低体重も同様です。
- ⑤ **身体活動を増やす**…成人は汗をかく運動を60分/1日することが望ましい。
- ⑥ **過剰飲酒を避ける**…少量であれば、脳梗塞・認知症の発症リスクは低減。
- ⑦ **喫煙・受動喫煙を避ける**…少量の喫煙でもがんと心臓病に関連していることがわかりました。その他高血圧・認知症の発症リスクを高めます。
- ⑧ **揚げ物・甘い清涼飲料を避ける**…コロッケ・とんかつ・唐揚げを避け、また甘い飲み物も避け、お茶やブラックコーヒー・豆乳に変えましょう。
- ⑨ **食物繊維を摂る**…男性は心臓病・前立腺がん、女性は乳がん・脳卒中の減少に関連しています。
- ⑩ **大豆製品を多く摂る**…胃がん・糖尿病を減らし、特に女性は乳がん・脳梗塞・心筋梗塞が低下します。



他にも、脳卒中や心臓など循環器病にも効果があり、認知症リスクの低下も見られました。大豆の摂取量を増やすには、副菜として「納豆」「とうふ」、飲みものとして「豆乳」にすることがお勧めです。そもそも欧米化した食事が原因となっており、脱却するには「大豆」と「魚」は欠かせません。

シカゴ大豆相場、ドル円相場など

1 菫/10.25 ドル 前月比±0ドル

3 月はトウモロコシ・小麦の先物が下落傾向にありました。中国の輸入量が下方修正されたことに起因します。中国はトランプ関税に対し、米国産農産物に最大 15%の報復関税を発動しており、加えて中国国内でもダブついており、在庫量が潤沢なことから輸入の必要がなくなっているのが現状です。また、大豆の生産量は米国・ブラジルを中心に増収を見込んでおり、中国の消費量の低下は価格面にも影響しそうです。



ドル円相場「3/31 現在 148.98 円 前月比△0.24 円」

ドル円相場は 148 円台と上昇しています。トランプ関税が米国内のインフレを加速させ、消費を押し下げるとの見通しから、物価上昇と景気低迷が同時におきる「スタグフレーション」が懸念されています。米国株式は連日下落しており、FRB は「金利引き下げの見送り」が想定されています。日本では株式相場が低迷しており、安全資産とされる国内債券に資金が流入しており長期金利は 1.5%台まで上昇しています。



ドル高を希望しているトランプ大統領。しかし米国内でスタグフレーションの懸念が強まれば 145 円までの円高も予想されています。当面、どちらに動くのか読めない状況です。

令和 6 年産国産大豆の第 4 回入札結果

北海道、青森、宮城を中心に上場数が増加してきていますが、不人気の銘柄や 3 等などが応札されておらず、1 等・2 等の上位等級に入札が殺到している状況です。東北地方ではまだまだこれからという感じです。上位等級が欲しい方はお早めにご相談ください。



【入札結果総括】

区分	上場数量	落札率	平均落札価格
普通大豆	5,128ト	20.3%	8,295円
特定加工用	2,247ト	35.2%	7,750円
合計	7,375ト	24.3%	8,059円

【過去 4 年間 2 月の上場数量の推移】

区分	今回	R6年同月	R5年同月	R4年同月	R3年同月
普通大豆	5,128ト	4,973ト	4,208ト	5,405ト	3,815ト
特定加工用	2,247ト	3,564ト	1,307ト	1,307ト	1,381ト
合計	7,375ト	8,537ト	5,514ト	6,712ト	5,197ト
落札率	24.3%	52.6%	92.5%	79.1%	82.6%
入札参加者	43社	56社	58社	69社	76社

【銘柄別落札価格】

産地	粒別	品種銘柄	今回	前月	増減	落札率
北海道	大粒	とよまさり	8,142円	8,105円	37円	100%
青森	大粒	おおすず	8,585円	8,283円	302円	40%
宮城	大粒	ミヤギシロメ	8,325円	8,293円	32円	100%
宮城	大粒	タチナガハ	8,261円	8,210円	51円	73%
山形	大粒	エンレイ	8,180円	-	-	0%

次回入札は 4 月 23 日です。

□ 本社	03-3211-4831	□ 飼料部宮城営業所	0229-25-8680
□ 東北第一営業所	0229-54-1151	□ 飼料部福島営業所	0243-24-1240
□ 山形営業所	0234-21-9144	□ 大豆選別・挽割加工工場(宮城県美里町)	
□ 東北第二営業所	0243-24-5818	□ 大豆保管定温倉庫(宮城大崎・福島二本松)	