



いこまらしい

…ココロとカラダに彩りを…

2025年
1・2月号
Vol.36



心臓と脳の関係

心房細動とは・・・

正常な心臓は、心臓内で発生する電気信号によって規則正しい収縮と拡張（拍動）を繰り返します。

「心房細動」は心房と呼ばれる心臓内の部屋が小刻みに震えて痙攣し、うまく働かなくなってしまう心臓の病気（不整脈）の一種のことをいいます。

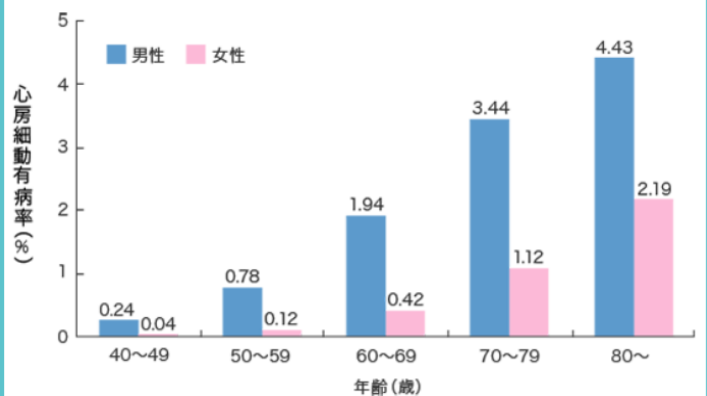


心房細動が原因で心臓の中に血の塊ができ、それが飛び出して脳に詰まると脳梗塞を発症することがあります。

心房細動は高血圧、糖尿病、メタボリックシンドローム、慢性腎臓病などの生活習慣病をお持ちの方に起こりやすいことも知られていますが、健康な方でも、アルコールやカフェインの過剰摂取、精神的ストレス、睡眠不足などがあるときに発症しやすくなるといわれています。

これらの要因をなるべく減らし、心房細動の予防に繋げましょう。

（図1）日本での年齢別心房細動患者さんの割合



Inoue et al. Int J Cardiol 2009; 137: 102-107より作図

高齢になるほど心房細動の発症リスクが上がる
男性の方が心房細動が起こりやすい

参照：<https://www.shinbousaidou-navi.com/about/>

EXPO 2025 大阪関西万博

—いのち輝く未来社会のデザイン—

4月13日から開催！2005年の愛・地球博以来、20年振りに
日本で行われる万博の魅力と見どころをご紹介します。

大屋根リング

世界最大級の木造建築物で
万博会場全体を一望できます。

エンターテイメント

水上ショーやプロジェクションマッピング、
音楽や伝統芸能、ポップカルチャー、
全国各地の祭りや
パレードなどがあります。

シグネチャープロジェクト

各界の8人のプロデューサーが
主導するプロジェクトで
展示パビリオンやイベントを通じて
「いのち」について考えます。

パビリオン

各国が未来社会を描いた
パビリオンや日本館、日本企業の
出店などがあります。

最新技術の体験

空飛ぶクルマや人と共存する
ロボットなど※Society5.0に向けた
最新技術を体験できます。

テーマウィーク

社会的課題の解決へ約1週間ごとに
テーマを決めて、シンポジウムや
展示会を行う企画。

※Society5.0(ソサエティ)とは…AIやロボットなどの革新的な技術と人々の暮らしが
融合することで、便利で快適な生活を実現する持続可能な社会。

世界中から集まる最新技術やアイデアを直接体験できるチャンスです！
未来の社会がどんな姿になるのかワクワクしますね。

新年のご挨拶

旧年中はご厚情を賜り、心より御礼申し上げます。
2025年も皆様に安心してご利用いただけるよう
職員一同努めてまいります。
本年もよろしくお願いいたします。

