

### 長寿ホルモン「アディポネクチン」

アディポネクチンは、ホルモンの一種であり、脂肪細胞から分泌されるタンパク質です。

糖尿病や肥満の人にがんの発生率が高いということは以前から知られていましたが、その原因がアディポネクチンの低下にあることが最近わかってきました。

アディポネクチンは、

1. インスリン受容体を介さない糖取り込み促進
2. 脂肪酸の燃焼
3. 細胞内の脂肪を減少してインスリン受容体の感受性を上げる
4. 動脈硬化抑制
5. 動脈の傷の修復
6. 抗炎症
7. 心筋肥大抑制

など、多彩な作用を持っています。

また、長寿の方はアディポネクチンが多いことから長生きの鍵としても考えられています。

サーモンの魚肉、エビやカニの甲羅の色素である「アスタキサンチン」には、内臓脂肪から分泌されるアディポネクチンを増やす効果があることが知られています。

収録したメロディは、アディポネクチンの構造を音符列に変換し、さらに、異なるテンポとオクターブに変換したものをミキシングしたものです。不思議な調和感のあるメロディに仕上がりました。