

2023年  
クイーン倶楽部だより **7**月号  
第245号

ERN 有限会社エコ・ライス新潟  
新潟県長岡市協川新田町字前島970-100  
TEL 0258(66)0070  
FAX0258(66)0447  
URL <http://www.eco-rice.jp/>  
E-mail [office@eco-rice.jp](mailto:office@eco-rice.jp)

# 生育調査

## ～夏日の直播～

(直播…苗移植ではなく種を直接田圃に播種)



生育調査は、10株の稲の成長を記録していきます。

- ①草丈 ②葉齢 ③莖数 ④葉色 (SPAD)

葉色計で稲の栄養状態を把握し、追肥の有無や成長転換の時期を見極めながら管理をしていきます。

その  
48

## Dr.Nobbyのセルフチェック健康

### 高血糖は尿でチェックを

高血糖とは、血糖値または尿糖値が高過ぎる状態です。糖は主に細胞の維持と活動に使われ一定量が必要です。一定量を「基準量」といい、正常量といいません。基準量は流動的で、現在早朝空腹時で80～99mg/dlです。血糖値60mg/dlで痙攣となり前基準の110mg/dl以下が妥当です。125mg/dl以上を糖尿病といい、その中間は「境界型糖尿病」です。

高血糖値は尿でチェックします。テストテープで糖陽性が出たら150mg/dl以上で治療要です。高血糖では粘りが出て糊を混ぜたようになり、血管に付着し、血中物質で血管を塞いでしまい梗塞を起こしますが、トイレでは、便器を汚れます。水境界部が汚れると高血糖です。尿が泡立つのも一連です。高血糖だと薄めようとして飲水量が増えます。何回もトイレに行き、便器汚れ、泡立ちがあれば治療要ですが食事療法必須です。夕食で左右されますので、尿糖と相談しながら夕食してください。食事そのまま薬で基準化という誤魔化しはよくありません。



中村 信也 (なかむらのぶや)

医学博士。東京家政大学名誉教授。まほろば東京クリニック院長。  
「食と医療」の医療薬膳研究の第一人者。