

「大下容子ワイド！スクランブル」 生出演レポート



4月24日（水）テレビ朝日に生出演するため六本木にある
テレビ朝日に12時に到着。

ディレクターさんと最終打ち合わせ。

15分ほど段取りを確認しました。隣のテーブルでは、小松靖アナウンサーも段取りを確認されていました。生放送は時間との勝負ですね。手際よく進めていました。



打ち合わせの後は、メイク室へ移動。
テレビですので、簡単ですがメイクをします。

12時40分。番組スタート時刻の12時50分まであと10分というところで、リハーサルに参加しました。

大下容子アナウンサー、小松靖アナウンサーに挨拶。すぐリハーサルです。大下アナから質問をいただき、真摯な姿勢を感じました。



まもなく本番。スタジオ横で待機します。水分補給、メイク直し。待機中ものんびりしてられません。

12時50分、「大下容子ワイド！スクランブル」が始まりました。スタジオ横のテレビモニターを見ながら待機します。リラックスしつつ、緊張感もありました。そして、いよいよ本番です！



VTRが流れている間に、席が用意されスタンバイします。

本番の流れは、以下のとおりです。

- ① 日本の認知症に関する現状、「MCI」（軽度認知障害）について説明。
- ② 「MCI スクリーニング検査」の説明。
 - 認知症の原因物質（アミロイドβ）を排除する機能を持つ3種のタンパク質の量を測定しMCIのリスクを測定する検査
 - 全国2000ヶ所以上の医療機関で受診可能
 - 費用は自由診療のため保険適用外およそ2万円
 - 検査方法は、7ccの採血のみ
 - 検査結果は、4段階（A,B,C,D）で判定、2～3週間程で届く
- ③ 「MCI」のC判定をA判定に戻した事例について。

メディカルブランチ表参道の古田一徳先生が、「MCI スクリーニング検査」でC判定（リスク中程度）だったため、生活改善を行い、食事の改善、睡眠の改善、運動不足解消に取り組むことで半年後にA判定に戻った。
- ④ アナウンサー・コメンテーターとの質疑応答。

MCIの回復方法についての質問が多く、「7時間以上の良質な睡眠を取るのは大変では？」という問いもありましたが、睡眠障害のある方はそれを治すことをおすすめした。食事に関しても、高脂血症や糖尿病の方はまずそれをコントロールすることが大事であるということをお話した。

質問にお答えしていると、あっという間に出番は終了。

今回の放送で、視聴者の方々にも、認知症はいきなりなるのではなく、その前段階に「MCI」があり、「MCI」の段階であれば、進行を止めることは可能であり、取り組みによっては「MCI」が改善するということが伝わりましたら幸いです。



「MCIスクリーニング検査」は世界で唯一、血液検査で簡単に「MCI」のリスクを知ることができます。定期的に検査を受け、ご自身の現状を確認していただき、「MCI」のリスクが高くても、古田先生のように食事、睡眠、運動を心がけていただくことで、改善しますので、認知症予防にまず「MCIスクリーニング検査」を受けていただくことをお勧めいたします。

以 上