

2007
11/18
13:00~

市民公開講座

参加費
無料

健康長寿を目指して アンチエイジング医学を学ぶ!

ANTI-AGING MEDICINE

プログラム

(敬称略)

[座長] 折茂 肇 日本抗加齢協会理事長/日本抗加齢医学会顧問/健康科学大学学長

13:00~14:00	アンチエイジング医学とは? ◎講師/米井 嘉一 同志社大学アンチエイジングリサーチセンター教授/日本抗加齢医学会理事
14:00~15:00	健康で豊かな骨を守るために ◎講師/鈴木 敦詞 藤田保健衛生大学医学部内分泌代謝内科准教授
15:00~16:00	アンチエイジングのための栄養と食事 ◎講師/白澤 卓二 順天堂大学大学院医学研究科加齢制御医学講座教授/日本抗加齢医学会理事
16:00~17:00	私のアンチエイジング生活~「明日を素敵に生きる」 ◎講師/浜 美枝 女優

※時間は質疑応答を含みます

開催概要

日時 | 平成19年11月18日(日) 13:00~17:00 (12:30開場・受付開始)

会場 | ベルサール三田

〒107-0052
東京都港区三田3-5-27
住友不動産三田ツインビル西館1F

- JR線「田町駅」 三田口 徒歩7分
- 都営浅草線・三田線「三田駅」 A1出口 徒歩4分
- 都営浅草線・京浜急行「泉岳寺駅」 A4出口 徒歩6分



定員 | 300名 (事前予約は必要ありません。直接会場までお越しください。どなたでもご参加できます。)

参加費 | 無料 (当日、入場整理券を配布いたします。入場できない場合がございますが、ご了承願います。)

お問い合わせ先/NPO法人 日本抗加齢協会 〒107-0052 東京都港区赤坂2-12-23-203 Tel: 03-5572-6800 Fax: 03-5572-6801 E-mail: info@anti-aging.gr.jp

健康長寿を目指して
アンチエイジング医学を学ぶ！

日時 2007.11/18 [日] 13:00～17:00

場所 ベルサール三田 (住友不動産三田ツインビル西館1F)

定員 300名 参加費 無料 (事前予約は必要ありません)

ご挨拶

【座長】折茂 肇 日本抗加齢協会理事長／日本抗加齢医学会顧問／健康科学大学学長



私も日本抗加齢協会は、わが国で抗加齢医学(アンチエイジング医学)に携わる医師が中心になり、平成15年、「抗加齢の振興普及を通じて、人々の健康と生きがいの増進に貢献すること」を目的に設立いたしました。私どもの活動は、アンチエイジング医学に関する正しい知識を、学術的な見地に立って啓発することです。そのために日本抗加齢医学会をはじめ各領域の学会・研究会や研究者・臨床医と連携し、わが国における「アンチエイジング」の研究が健全に発展するよう努めております。そこで今回は市民の皆様へアンチエイジング医学について知っていただくため市民公開講座を開催することとなりました。今回のトピックスは、アンチエイジング医学について、アンチエイジング検査と診断、骨と食事について、またアンチエイジングの実践についてとして、抗加齢医学の第一線で活躍されている講師の方々より講演いただきます。皆様と共に健康長寿を目指して、アンチエイジング医学を学びたく、多数のご来場をお待ちしております。

プログラム

※12:30より開場・受付開始

(敬称略) ※時間は質疑応答を含みます

13:00～14:00

アンチエイジング医学とは？

「老化」という現象は、今まで自然現象として仕方のないものと考えられていました。「抗加齢医学(アンチエイジング医学)」とは、それをあきらめずに、「老化は治療可能」という考え方を持った医学です。老化のプロセスそのものをひとつの「病気」と捉え、他の病気同様、その原因を克服することで老化を治療することを目的としています。老化による心身の衰えを防ぎ、健康なままで人生を全うするための、健康長寿を目指す医学なのです。アンチエイジング医学は、(1)老化のメカニズムの究明、(2)アンチエイジング(老化度判定)ドックなどによる診断、(3)抗加齢医学に基づく医療の3つが主体となっており、高齢化社会がいよいよ現実のものとなる21世紀の「究極の予防医学」と言うことができます。今回はアンチエイジング医学とアンチエイジング検査と診断についてわかりやすく解説します。



米井 嘉一 Yoshikazu Yonei

同志社大学アンチエイジングリサーチセンター教授
日本抗加齢医学会理事

1982年慶應義塾大学医学部卒業。1986年慶應義塾大学大学院医学研究科内科学専攻課程修了の後、米国UCLAへ留学。1988年帰国後、日本鋼管病院内科勤務、同病院人間ドック脳ドック室長を経て、同志社大学アンチエイジングリサーチセンター教授就任。現在抗加齢医学のリーダーとして普及に努めており、新聞・雑誌・メディアなど各方面で活躍している。日本抗加齢医学会理事、日本抗加齢協会理事。

14:00～15:00

健康で豊かな骨を守るために

人間をはじめとした動物は骨がしっかりとしていないと、自由に動くことができません。中年以降に徐々にホルモンが減っていくことで、骨も減り筋肉も減って骨折しやすくなります。人間の寿命は伸びてきましたが、骨の寿命はあまり変わらず、結果として骨折する方が増えてきてしまいました。また、最近では骨粗しょう症が、脳卒中・心筋梗塞などの動脈硬化と関係があることもわかってきました。骨折による寝たきりを防ぐためには、折れにくい骨をつくり、保つための生活習慣・食事・運動が大切です。また、骨の寿命をのばし、骨折を減らすことのできる新しい治療もできるようになってきました。単に長生きするだけでなく、自由に活動的な人生を楽しめるように、健康で豊かな骨を守るための戦略をお話します。



鈴木 敦詞 Atsushi Suzuki

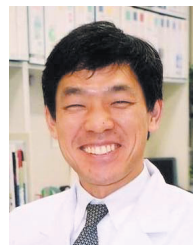
藤田保健衛生大学医学部内分泌代謝内科准教授

1988年名古屋大学医学部卒業。その後、名古屋第一赤十字病院、静岡済生会総合病院内科勤務。1996年よりスイス連邦ジュネーブ州立大学医学部内科学講座骨疾患部門にてJean-Philippe Bonjour教授の下、ボストン研究員兼非常勤講師として臨床研究に携わる。帰国後、名古屋大学医学部第一内科を経て、2006年より現職。名古屋骨を守る会事務局長。主な研究分野は、骨代謝学、内分泌代謝内科学、生活習慣病。

15:00～16:00

アンチエイジングのための栄養と食事

体の若さを保ち健康寿命を延伸させるためには、DNAや細胞膜、脂質などの体にとって重要な成分や分子が、体の中で発生した活性酸素により過剰に酸化するのを日々の食生活で防いでいくことが重要です。食事から体をアンチエイジングするためには、フリーラジカルを中和する活性を有する植物科学物質(フィトケミカル)を中心に酸化化食材を十分に摂取すること、カロリーは腹7分目程度に控えて過剰に摂取しないこと、栄養素が豊富に含まれた食材を摂取することなどの工夫が必要です。講演ではアンチエイジングの観点から老化や生活習慣病などを予防するための栄養管理学を解説します。



白澤 卓二 Takuji Shirasawa

順天堂大学大学院医学研究科加齢制御医学講座教授
日本抗加齢医学会理事

1982年千葉大学医学部卒業後、1987年よりケルン大学遺伝学研究所免疫学教室へ留学。帰国後、千葉大学医学部附属病部呼吸器内科、千葉大学免疫学教室などを経て、東京都老人総合研究所・分子老化研究グループ研究部長就任。長寿と遺伝の関係についての研究に努める。順天堂大学大学院医学研究科加齢制御医学講座教授就任。日本抗加齢医学会理事、日本抗加齢協会理事。

16:00～17:00

私のアンチエイジング生活～「明日を素敵に生きる」

私は四十歳のときから、演ずることを卒業し、新たな人生の扉を開けました。30代は子育てを一緒に旅をし、家作りをし、毎日の食を担い、子供の勉強を見、やれやれと辺りを見回すと、これがとんでもない事態になっていたんですね。日本はどこへ行こうとしているのだろうか？そんなわけで私なりに勉強を始め、そして農業の道に踏み込みました。「農」は自然、環境、食、伝統、歴史、政治、未来、人間、美、健康、経済、教育などあらゆる方向から考えられるテーマなのです。これからは長寿社会。シニア世代が老化せず、いかに先を元気に生きるか、今、準備しなきゃいけないことを早く見つけて頂き、誰かの助けをかりることを考える前に、誰かのために成ることを考え、前向きな行動になるみなさまであって欲しいと思います。「明日をを素敵に生きる“ための三つの「食・職・飾」を提案したいと思います。



浜 美枝 Mie Hama

女優

1943年東京に生まれる。1960年東宝よりデビュー。ドラマ・映画に多数出演。1967年映画「007は二度死ぬ」に出演、トップ女優に。1975年よりテレビ・ラジオにて司会やパーソナリティーとしてレギュラー出演するなど活躍。環境・農・食問題について関心を持ち、農林水産省「美の里づくりコンクール審査会委員」、(財)農村開発企画委員会評議委員、日本花普及センター理事、食アムニティ女性ネットワークの会長などを務める。著書多数。