

105歳まで 生きるとは

平成29年

1月20日 金

13時15分から16時15分まで
(開場12時15分)

会場

板橋区立文化会館大ホール 東京都板橋区 大山東町51-1



東武東上線 大山駅北口・南口 徒歩約3分
都営三田線 板橋区役所前駅A3出口 徒歩約7分

当日先着
1200人
申込不要
入場無料

手話通訳あり

13:30~14:00

講演1

『高齢者の心不全治療が 変わった』

東京都健康長寿医療センター
副院長

原田 和昌



高齢者心不全の治療指針がつい先日発表されました。高齢者の心不全では大動脈弁狭窄症が多く、心臓以外の合併症、すなわち他臓器の老化が重要であること、また、これらが生活習慣病であることが明らかになりました。

14:00~14:30

講演2

『オーラルフレイル予防: ささいな口のトラブルを見逃すな!』

東京都健康長寿医療センター
歯科口腔外科部長

平野 浩彦



高齢期の食を支えるためには、ささいな口のトラブルから始まるオーラルフレイル予防が重要です。ささいな口のトラブルチェックを実際に体験していただき、今日からできるオーラルフレイル予防を皆さんと考えていきましょう。

14:45~15:15

講演3

『超百寿者研究:長寿のエリート 105歳の健康の秘訣』

慶應義塾大学医学部百寿総合研究センター
専任講師

新井 康通



私たちは1992年より東京地区で百寿者の調査を始め、さらに2002年からは105歳以上の超百寿者の全国調査を開始し、現在まで医学、心理学、遺伝学などさまざまな領域から健康長寿の秘訣を探る研究を続けています。講演では、私たちが行ってきた百寿者、超百寿者の疫学研究から、特に健康長寿につながる生活習慣について解説させていただきます。

司会

東京都健康長寿医療センター
脳神経外科医長

高梨 成彦

15:30~16:00 質疑応答

地方独立行政法人

主催 東京都健康長寿医療センター

共催 板橋区

広報普及係

03-3964-1141 (内線1239)

ホームページ <http://www.tmgig.jp/>

定員に達した場合はご入場いただくことができませんので、ご了承ください。



地方独立行政法人

東京都健康長寿医療センター



古紙パルプ配合率70%再生紙を使用しています

第145回老年学・老年医学公開講座

105歳まで 生きるとは

我が国は世界有数の長寿国です。厚生労働省は、100歳以上の高齢者（百寿者）が46年連続で増加し全国で過去最多の6万5692人になったことを発表しました。男性の最高齢は東京都の112歳、女性は鹿児島県の116歳です。平均寿命が延びた一方で健康寿命は、平均寿命より10年程度短いとされています。多少病気を持っていてもケアがしっかりしていれば、現在、100歳まで生きるとはそう難しくないと言われていますが、105歳以上の超百寿者は健康寿命が長く、100歳でも自立されているそうです。そこで、105歳まで生きるとは目指せば、100歳まで健康長寿でいられるかもしれません。この講演会にてその秘訣をぜひ学んでください。

東京都健康長寿医療センター
副院長

原田 和昌



地方独立行政法人

東京都健康長寿医療センター

広報普及係

03-3964-1141 (内線1239)

ホームページ <http://www.tmgig.jp/>