

第122回老年学公開講座

活性酸素の

光と影

からだのサビは、
老化のかなめ

講演内容と講演者

「酸化ストレスのい・ろ・は ～活性酸素は敵か味方か～」

東京都健康長寿医療センター研究所
老化機構研究チーム 研究副部長 …… 三浦 ゆり

「過信は禁物！健康食品のウソ・ホント」

東京都健康長寿医療センター研究所
老化制御研究チーム 研究副部長 …… 大澤 郁朗

「病の裏に活性酸素あり」

東京都健康長寿医療センター研究所
トランスレーショナルリサーチ推進部長 … 丸山 直記

質疑応答

司会 遠藤 玉夫 東京都健康長寿医療センター研究所 副所長

日時

平成 **9月13日** 木
24年

午後1時15分～午後4時30分

☎ 手話通訳あり

当日先着 **1800人**

申込不要・入場無料

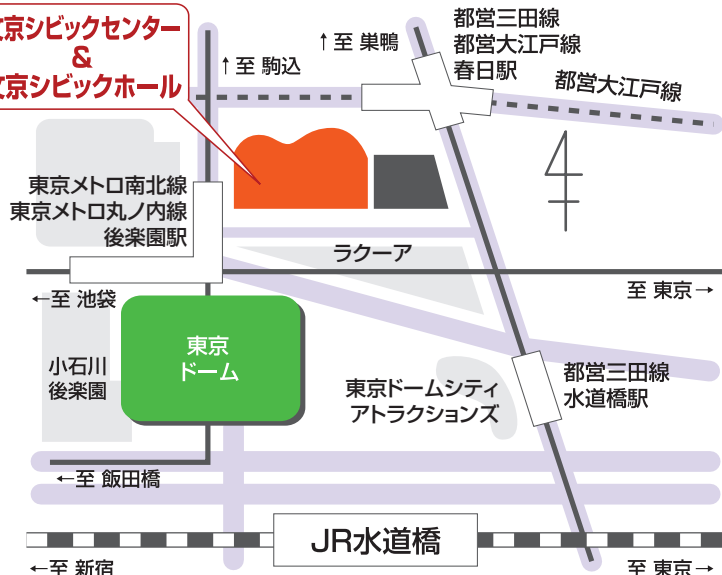
会場

文京シビックホール 大ホール

東京都文京区春日1-16-21

主催：東京都健康長寿医療センター研究所
共催：文京区

文京シビックセンター
&
文京シビックホール



最寄り
駅

東京メトロ丸ノ内線・南北線「後楽園駅」徒歩3分
都営地下鉄大江戸線・三田線「春日駅」徒歩3分
JR中央線・総武線「水道橋駅」徒歩10分



地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター
東京都健康長寿医療センター 研究所
(東京都老人総合研究所)

広報普及係

03-3964-3241 (内線 3008)

ホームページ http://www.tnmgig.jp/J_TMIG/J_index.html

活性酸素の

からだのサビは、
老化のかなめ

光と影

体を動かすエネルギーを作り出すためには、呼吸によって体に取り込まれる「酸素」が重要です。ところが、取り込まれた酸素の一部は、「活性酸素」と呼ばれる反応性に富んだ酸素に変わってしまいます。鉄が酸化してサビるように、体も「活性酸素」によって酸化され老化が進む、と考えられています。また、「活性酸素」は、がんや生活習慣病などとも関係しています。一方、私たちの体は「活性酸素」をうまく使って、たとえば、体の中に入ってきた細菌をやっつけ、体を守る武器としても利用しています。さらに、体の過剰な「活性酸素」を無くすような仕組みや「活性酸素」を減らす物質が含まれている食べ物があることも分かってきました。

この公開講座では、「活性酸素」に関する研究成果を分かりやすくご紹介いたします。

東京都健康長寿医療センター研究所

副所長 遠藤 玉夫

 地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター
東京都健康長寿医療センター 研究所
(東京都老人総合研究所)

広報普及係

03-3964-3241 (内線 3008)

ホームページ http://www.tmghig.jp/J_TMIG/J_index.html