老人研 NEWS

No.242
2011.1

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）

Index

平成23年 新年のごあいさつ ―― 1
研究よもやま ―― 2
母の手と父の声 ―― 3
老いを生きること、認知症を生きること ―― 4
表彰、老年学公開講座レポート ―― 6
若人発表会を振り返って／病理学セミナー ―― 7
講演会予定／マスコミ報道 ―― 8

「第113回老年学公開講座」

平成２３年 新年のごあいさつ

地方独立行政法人　東京都健康長寿医療センター　センター長　井藤　英喜

あけましておめでとうございます。

日ごろより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）の活動に、ご支援、ご協力を頂きありがとうございます。

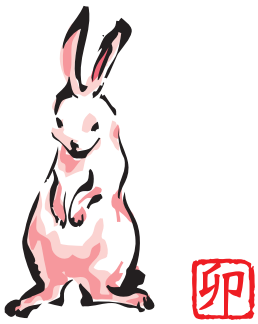
当研究所が、平成 21 年４月に東京都老人医療センターと一体化する形で「地方独立行政法人」東京都健康長寿医療センターとなり２年が経過しました。

東京都直営の研究所より、人事、研究体制などの自由度の高いという「地方独立行政法人」のメリットを生かし、従来の研究部門に加え、時代にマッチした新たな研究部門を設け多くの優秀な研究者を当研究所に迎えることができ、より充実した研究を展開しつつあります。

当研究所は、所員一同、また病院の医師、看護師、医療技術者と力を合わせ、ご高齢の方が、よりお元気で、よりご自身らしい生活を、より長く住み慣れた地域で過ごされるための方策を研究するという研究の遂行に全力を挙げております。

全国民に占める 65 歳以上の高齢者の割合は 23%を超え、今後も高齢化が進行します。このようなわが国の高齢化は世界に類をみないものであり、どのように対処すればいいかについての研究はわが国で行う必要があります。その意味で、当研究所に課せられた任務は益々重要なものとなると考えています。

所員一同、本年も全力をあげて、ご高齢の方に役立つ研究に打ち込みたいと考えております。本年も、皆様方の熱いご支援、ご協力、ご指導を頂けるようお願い申し上げ、新年のごあいさつとさせて頂きます。



研究よもやま

老化機構研究チーム　研究部長　**遠藤玉夫**

研究とは

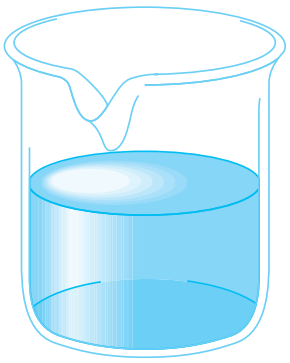
「研究」とは広辞苑によると、「よく調べ考えて真理をきわめること」、とあります。そして、「研究者」とは研究を生業とするヒトということになります。テレビのニュースなどで大きな発見やノーベル賞受賞などで研究者が紹介され、インタビューが流れます。時には白衣をはためかせてさっそうと登場します。「研究者」は皆このように実験室を闊歩し、素晴らしいデータが次々と生まれ、いわゆる有名な学術雑誌に論文が掲載される、のでしょうか？実はそんなに甘くはないことは、皆様も容易に予想されると思います。実際は、ガラス器具を割ったり試薬をこぼしたり、徹夜で頑張ったのにネガティブな結果、書いた論文はなかなか採択されない、申請した研究費は採択されない、これが現実です。よくエピソードとして、試薬の量を間違ったり反応時間を間違ったりして大発見につながった、と紹介されることがありますが、ほとんどは呆きれられて終わり、あるいは自責の念にかられて大失敗で終わりです。こうした悪戦苦闘を繰り返した結果、どんな些細なことでも新しいことが明らかになった時、それは研究者にとって喜びです。

教科書と実験

真理をきわめるためにはよく調べ考えることが重要なことはいうまでもありませんが、これが大変です。特に我々の携わっている実験科学は、やってみないと分からないということが基本にあります。実験を始める前にこうした結果が出るだろう、と予測します。実験の種類にも依りますが、期待通りの結果が出た時より予想外の結果が出た時こそ喜べ、と言われます。こうした予想外の結果をきちんと生かすためには、常にしっかり考えていなければなりません。さもなければ大事な新しい事実を見逃してしまいます。また、過去の報告などを調べることも重要ですが、教科書に書いてあることは全て正しいと過信することではなく、実際自分の手を動かして得られたことが正しいと信じる、ことは大事です。これまで教科書に書かれていた事象が覆った例は、数多くあります。一方、「こういうことではない」という結果を自らの手で示すことも大変大事なことです。一見ムダに見えるかも知れませんが、これはムダと呼ぶべきものではなく、確かにこういうことはない、ということを実証したと考えるべきだと思います。こうした紆余曲折を経て隘路を克服し研究成果は、生まれてきます。

研究のこれから

現在我々は老化や老化に伴う疾患について研究を進めています。そして得られた研究成果が将来医療や福祉に少しでも役に立てば、それこそ研究者冥利に尽きます。少子高齢化社会を迎えて我々の研究は益々重要であり、成果の社会的還元を目指して七転び八起きで一歩ずつ前進していきたいと考えています。



母の手と父の声

老化制御研究チーム　研究部長　田中雅嗣

1月10日は私の母の88歳の誕生日である。母と父と私の身の上話をここに書かせていただく。母の生家は名古屋市郊外の禅寺で、7人姉妹の3番目として生まれた。高等女学校を卒業後、戦時中から幼稚園の先生をしていた。名古屋に嫁した時、私の父は6人兄弟の長男であったので、私の叔父たちも年少であった。母は大家族を支えるために幼稚園に勤めながら、近所の子供達を集めて塾を開いた。寝る暇もない毎日であったという。私は母の勤務する幼稚園に通ったので、小学校に入るまで、母の完全な庇護の下におかれ、意気地無しの甘えっ子になった。母は教育ママであった。私は「なぜだろう・なぜかしら」といった科学読み物が好きになり、将来は天文学者か考古学者になることを夢見ていた。

◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

母は息子を医者にすると決めていたようである。私の高校時代は全共闘の嵐が吹き荒れていた。理学部を受験したが、私の番号はなく、百万遍で路頭に迷った。一年後に医学部に入学した。母は喜んだ。私は病理学教室に入り浸って、将来は臨床病理学者になろうと考えていた。ところが医学部5年生だった時に、父に進行した喉頭癌が発見された（父は酒を飲むと赤くなる体質で、喫煙歴も長かった）。化学療法や放射線療法を1年間受けたが、私の卒業間際の2月に父は大学の附属病院で亡くなった。抗癌剤の副作用によって肺が硬くなり、呼吸不全に陥ったのである。私は、父を救えない当時の医学に失望し、もっと根本的な研究からやり直さなくてはならないと思い定めた。病床の父に大学院で生化学を勉強することに決めたと伝えた。父はただ「そうか」と嗄れた声で言った。こうしてミトコンドリアの基礎に入ったが、最近はミトコンドリア病の治療法開発に取り組んでいる。

◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

母はこの「老人研ニュース」を読むのが好きだった。しかし、ある冬の朝、母が起床してこなかった。脳に血液を送る動脈が寝ている間に詰まっていたので、血の塊を溶かす薬を使う時期を過ぎていた。数日後、母の脳は大きく膨れあがり、呼吸中枢を圧迫し始めた。脳外科医が家族を集め、脳の一部を切り取り、圧迫を除去しないと亡くなると告げた。手術をしても言語中枢や運動中枢が破壊されているので、著しい後遺症が残ることは明らかだった。私は「母がそのような状態で生きることを望んでいない」と意見を述べた。大変つらい発言であった。家族全体としては手術してもらうしかないという意見が大勢であった。減圧手術は無事に終わり、母はその後リハビリに専念した。胃瘻も造設し、今は民間の老人介護施設でお世話になっている。私は月に一度名古屋に帰る。母の暖かい手を握ると幼稚園の頃を思い出す。車椅子に座った母は、微笑んだり、涙を一粒流したり、何か言葉を発しようとする。母は肉体が精神の牢獄だと考えているだろうか。

◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

私は高齢者の癌・動脈硬化・脳梗塞に関連する遺伝子多型を探索するために、数千人から数万人におよぶDNAを分析させて頂いている。DNAの中にそれぞれの生活史が凝縮しているのだと思うようになった。

老いを生きること、認知症を生きること

自立促進と介護予防研究チーム　研究員　**井藤佳恵**

井藤佳恵研究員は、昨年４月より、自立促進と介護予防研究チーム（認知症・うつの予防と介入の促進）の研究員として着任致しました。臨床経験を生かし、高齢者の心の健康とは何かを追求しています。

老年期は、それに立ち向かい、権利を保持しようとし、人に依存するのを避け、最後の一呼吸まで自分への統率を訴える限りにおいて、尊敬に値するものとなる。

キケロ

人は高齢になっても、可能な限り自立の維持を望む。だがそもそも、高齢者の自立とは何か。子どもの自立ということばは、子の成長のあるべき姿として用いられる。では、高齢者のあるべき姿とはどのようなものだろうか。

人がいまだ経験したことのない高齢化が進む社会の中で、どうしたら不安なく心穏やかに老いることができるのか、誰も知らない。不老長寿はおとぎ話の昔からの人の夢であり、医学は生命の延長をそのひとつの課題として進歩してきた。生命が延長したとき、将来への不安は死ぬことへの恐怖ではなく、老いることへの不安に変わるようにと感じる。

人は早死にするか、老いるか、それ以外に道はない　　ボーヴォワール

長く生きれば老いは必然であり、老いとはなにか、老いの不安とはなにか、今、もう一度考える必要があるのではないだろうか。

社会的な役割の喪失、家庭における役割の喪失、大切な人との別離、住み慣れた家との別れ、身体の健康の喪失、もの忘れ、等。まず、老いは喪失という体験と分かちがたく結びついている。そして老年期の喪失体験はしばしば、何重もの意味をもつ。退職により社会的役割を喪失したと感じるときに、同時に生きがいを喪失したと感じる者は多く、また、仕事を生きがいにしてきた者にとって多くの場合、退職は人間関係のほとんどの喪失でもある。あるいは、大切な人、配偶者との別離は、それが寂しい、哀しいというだけでなく、過去から現在を生きる自分をもっともよく知り、理解した、あるいは理解されることを望んだ者の喪失でもある。過去から現在へ自分をつなぐ者の喪失は、その人の喪失というだけでなく、自己の喪失という側面ももつ。

老年期は喪失体験を重ねる時間である。それでも、老年期をただ否定的なものと考える文化は、文化人類学上、存在しないのだという。では、老いを生きる意味とは何だろうか。

私の身体は衰えるが、心は拡がり、老いが満開となる　　ヴィクトール・ユーゴー

老いを考えることは同時に、それまでに生きた時間を考えることであり、人生の全体を考えることである。人生の全体の中で、老年期はどのような意味をもつのだろうか。

精神分析家のエリクソンは、人生の最終段階にいたるまで、人格発達の課題があると考えた。そして老年期の課題とは統合であると言っている。エリクソンの老年期とは、自分

の人生を自己の責任として受け入れ、肯定的に統合していく時期である。精神科医であるユングは、中年期・初老期を、これまでの人生を振り返り点検する時期と考えた。ユングの老年期は、自分は何のために生きてきたのか、社会や家族の役に立っているのか、自分の人生が自分にとってどのような意味があったのか、そのようなことを振り返り、考える時期である。

老年期が、それまでの人生を振り返り、自らの意志で歩んだ道としてそれを引き受け、自己を完成させる時期であるなら、まず、自分が生きてきた過去を受容しなくてはならない。そして過去を受容し、それと和解することは、現在と和解すること、老いと和解することでもある。老いという事実を受容し、老いを生きるという現実、あるいはその喪失を見つめるなかに、過去から解放され、今、現在を生きる課題であり意味が見えてくるのではないだろうか。

老年期は他の年代と同様に人生のひとつの時期である。しかし他のどの年代とも違うのは、老年期はひとたびそこさしかかれば卒業することのない長い時期だということだ。老年期にはそれまでに生きた時間が投影される。歩んだ人生も、大切にしてきた価値観も、そして現在の身体の状態や生活の在り方も、人それぞれである。老年期にさしかかれば皆が一様な「高齢者」という存在になるのではなく、老年期はむしろ、ひとりひとりが生きた時間を反映して著しい多様性をみせる。それがその人の生き方なのであり、そこでは、どの生き方が望ましいとか改めるべきとか、そういうことが論じられるべきではない。

世界に長寿を誇る現代日本の社会の中で、高齢者は、そのひとりひとりがそれぞれに生きたかけがえのない時間の重みを持つ個人として十分に尊敬され、十分に尊厳を守られているだろうか。

老いの不安の大きな一面は、認知症に対する不安である。「認知症になりたくない」ということばを、診察室で繰り返し聞く。理由を問うと多くの方が、「自分が自分でなくなるのがこわい、人に迷惑をかけたくない」と答える。「自分が自分でなくなる」という不安の一面は、もの忘れが進むことで自我の連続性が保たれなくなること、積み重ねてきたはずの時間から切り離されるという感覚ではないかと考えるし、また一面は、認知機能の低下が生活の自立を困難にしていくことでもあろうと考える。生活の自立が困難になることの真の困難さは、人の手を借りて生きることを余儀なくされることよりも、その中で個としてありつづけることの困難さにあるのではないかと思う。認知症高齢者は認知症高齢者であるというだけで、それぞれの過去の時間から切り離されて、個としての在り方を奪われてはいないだろうか。個としての存在が揺らぐ個人的な体験に加え、さらに社会の中でも自分が自分として扱われなくなるという不安が、老いの寂しさ、生き難さ、そして老いの不安につながっているのではないだろうか。

現在行っている研究からは、都市在住高齢者の精神的健康度に大きな影響を与えるのは、実際の身体疾患の有無よりも、健康でないという主観的な感覚であり、また、実際にもの忘れが増えたという自覚よりも、もの忘れの不安であるようだ。老いの不安とは、実際の喪失体験に先立つそのような自我の喪失感、漠然と自己の内側から「私」という存在が揺らぐ感覚ではないかと考えている。

表彰　2010年久田賞銀賞（日本核医学会機関誌論文賞）

神経画像研究チーム　専門副部長　豊原　潤

平成 22 年 11 月 11 日 ~13 日に開催された第 50 回日本核医学会学術総会において、神経画像研究チームの豊原専門副部長が「久田賞（日本核医学会賞機関誌論文賞）銀賞」を受賞しました。受賞対象論文は「Preclinical and the first clinical studies on [^{11}C]CHIBA-1001 for mapping α 7nicotinic receptors by positron emission tomography」です。本論文は、これまで調べられたことのない脳内α 7 ニコチン受容体の機能を可視化する新しい PET 薬剤の開発に関するもので、世界で初めてヒト脳内α 7 ニコチン受容体の画像化を試みた臨床研究の結果を示したものです。脳内α 7 ニコチン受容体は認知機能との関連が示唆されており、今後、PET 計測法、画像解析法や定量的解析法の開発に関する研究を経て、認知症関連疾患での病態機能研究への応用が期待されます

「世界を広げる知覚～視る、聴く、味わう喜びをいつまでも～」
～第 113 回老年学公開講座～

12 月 14 日、東京都健康長寿医療センター研究所では、板橋区立文化会館大ホールにおいて、第 113 回老年学公開講座「世界を広げる知覚～視る、聴く、味わう喜びをいつまでも～」を板橋区と共催で開催しました。

今回のテーマは 11 月にも調布市グリーンホールで開催したものです。高齢者の方を始め、約 400 名の方にご参加いただきました。

最初に、当研究所の老化制御研究チームの柳井修一研究員から「年とともに低下する「聞こえ」とその改善」、続いて自立促進と介護予防研究チームの平野浩彦専門副部長から「味を楽しむ～舌で感じて・のどで感じて～」、最後に、当センター眼科の入山彩医員から「50 歳を過ぎたら要注意！年とともに増える眼の病気～加齢黄斑変性～」と題する講演がそれぞれありました。

質疑応答では、「テレビの音が聞き取りにくい」「夕暮れ時に人の顔が判別しづらくなった」場合にどうしたら良いか等、高齢者の方々の視覚、聴覚、味覚に対する切実な質問が多く寄せられ、関心の高さが伺えるものでした。

「質問への対応」

左から入山先生、柳井先生、平野先生

若人発表会を振り返って

学生主催の若人発表会が 11 月 10 日に行われました。本会は今年から老人研に配属された卒業研究生 (大学 4 年生) が実行委員となり、それぞれの研究発表を通じて学生間の交流を深めることを目的として企画されました。実行委員会は、発表演者の依頼・会場整備・軽食準備・演目ポスター作成・懇親会企画等を分担して発表会当日に向けて円滑に準備を行いました。発表会当日、私達実行委員会の学生 6 名と博士課程の学生 2 名の計 8 名が発表しました。多くの方が視聴に来て下さり、私達の予想よりも大きな規模の発表会となりました。

若人発表会はとても刺激的で、大変勉強になりました。発表会終了後の懇親会でさらに学生間の交流を深めることができ、非常に充実した日となりました。また来年もこのような学生主催の発表会を運営していきたいと思いました。

若人発表会を援助してくださった丸山先生および重本先生、貴重なお時間を割いて参加してくださった方々、発表を引き受けてくださった谷口優さんおよび岩間水輝さん、大変ありがとうございました。そして実行委員会のみなさん本当にお疲れ様でした。

（文責：福永　大地）

若人発表会演題

真下　美保（老化制御研究チーム　分子老化制御）
「clk-1 トランスジェニックマウスの解析」

福永　大地（老年病研究チーム　運動器医学）
「MuSK リコンビナントタンパクの精製」

松岡　智子（老化制御研究チーム　老化再生研究 B ）
「マウスの記憶機構に与えるシロスタゾールの影響
ー恐怖条件付けの確立ー」

穂積　由紀（老化制御研究チーム　老化再生研究 B）
「G-substrate が有する核内移行シグナルの特徴付け」

八木　沙月（老化制御研究チーム　分子老化制御）
「酸化傷害における CoQ の関与」

高橋　経太（老化制御研究チーム　分子老化制御）
「SNP30 ノックアウト不死化肝細胞における細胞内へのビタミン C 取り込み機構解析に向けた検討」

岩間　水輝（老化制御研究チーム　分子老化制御）
「Smp30(-/-)Sod1(-/-) ダブルノックアウトマウスの肝臓における組織学的解析」

谷口　優（社会参加と地域保健研究チーム）
「認知機能が低下する人の身体的特徴」

病理学セミナー

マサチューセッツ・ジェネラル・ホスピタルのLauwers教授研究所来訪

12 月 7 日午後、マサチューセッツ・ジェネラル・ホスピタルの G.Y.Lauwers 教授が来訪され、老年病理学研究チーム高齢者がんグループと病院病理部との合同で病理学セミナーが開かれました。Lauwers 教授の研究所への来訪は今回 2 回目です。現在、高齢者がん研究グループと埼玉医科大学病理、病院病理とで高齢者に特有な上部消化管の境界病変に関する共同研究が 2 つ進行中です。今回のセミナーでは高齢者に多い胃の境界病変に関して、日米両国における考え方の違いについて、熱い議論がなされました。共同研究の進展はもちろん、病院の患者様にとって、より良い診断と治療に役立つ議論ができました。終了後はイタリアン・レストランで懇親会を開き、ワインを楽しみました。

老年学公開講座 次回の予定

※手話通訳を同時に行います。事前申込みは不要です。

入場無料
事前申込不要
当日先着順
1300名

講　　演：**「好腎好日～腎臓をいたわり、長生きする～」**
日　　時：平成23年2月9日（水）
午後1時15分～4時30分
場　　所：調布市グリーンホール大ホール
（当日先着順1300名）
最寄り駅　京王線調布駅南口【徒歩1分】
主　　催：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）
後　　援：調布市

主なマスコミ報道　H.22.11 ～ H.23.1

副所長　高橋龍太郎

●「低温期における入浴の諸注意について」
（TBS テレビ「N スタ」　H.22.11.16）

●「最近の寒さとヒートショックについて」
（テレビ朝日「スーパー J チャンネル」　H.22.11.17）

●「血圧にやさしい安全お風呂術」
（「NHK ためしてがってん　ダイジェスト版」　H.22.1 月号）

●「気を付けたい冬場の温度差」
（公明新聞（シニア・エイジ欄）　H.22.12.19）

社会参加と地域保健研究チーム　研究副部長　藤原佳典

●「老人の通説を疑う」
（サンデー毎日　H.22.12.5 号）

福祉と生活ケア研究チーム　専門副部長　大渕修一

●「身体を動かす工夫」
（NHK ラジオ深夜便「暮らしすこやか」　H.23.1.12,19,26）

老化制御研究チーム　研究員　福典之

●「遺伝子レベルで迫る「新・人類学」」
（毎日新聞　H.22.11.9）

●「気になる遺伝 2　運動能力どこまで伸びるか？」
（Aera with Baby　H.22.12 月号）

●「ナゾ謎かがく　「金メダル遺伝子」見つかるか？」
（日本経済新聞　H.22.11.28）

●「生命科学のフロンティアその 48
運動能力と遺伝子の関係を追う」
（千里ライフサイエンス財団ニュース　H.22.12 月号）

編集後記

テレビ番組ではよく「名医」のドキュメンタリーが取り上げられる。私の同級生を画面の中に見ると学生時代とは全く異なった姿があり嬉しくなる。でも彼を含めて殆どが外科系なのはおかしい。多くの症例から新しい疾患概念を導き出すというのは、簡単に画にならないからであろう。それにつけても、スタジオ内にいる医師や研究者が白衣で登場するのは奇妙だ。「ステレオタイプのメディアの取り上げ方とは異なった広報が重要」と決意する編集委員会である。

皺翁（しわおきな）

平成 23 年 1 月発行
編集・発行：地方独立行政法人　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）広報委員会老人研部会
〒 173-0015　板橋区栄町 35-2　Tel. 03-3964-3241（内線 3151）Fax. 03-3579-4776
印刷：コロニー印刷
ホームページアドレス：http://www.tmig.or.jp
無断複写・転載を禁ずる