

老人研 NEWS No.254 2013.1

Index

平成25年新年のごあいさつ	1
絵本読み聞かせと認知症予防	2
長寿者に「あやかる」精神で!	4
消えない記憶が消えるとき	6
平成24年度若人研究発表会	7
老年学公開講座レポート	8
マスコミ報道／編集後記	8



第124回老年学公開講座



平成25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。

日ごろより地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター研究所の活動に、ご支援、ご協力を頂きありがとうございます。

当研究所は、40年前の開設以来、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致しております。

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早くも4年が経過しました。東京都直営の研究所の時代より、人事、研究体制などについてより自由度の高くなった「地方独立行政法人」のメリットを生かし、時代にマッチした新たな研究部門を設ける、多くの優秀な研究者を当研究所に迎えるなど、より充実した研究を展開しつつあります。病院との共同研究に関しましても、より一層の推進をはかっております。

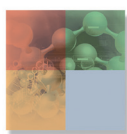
全国民に占める65歳以上の高齢者の割合は23%を超え、2060年には約40%に達すると推定

されています。また、東京、大阪、名古屋といった都市部の高齢化が今後深刻になってきます。わが国が、今後、高齢化にどのように対処していくかを世界は注目しております。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。

現在当研究所では、平成25年3月の竣工を目指し新研究所の建設を行っており、5月には新しい研究所に移転いたします。新しい研究所では、研究設備、研究環境を一新する予定としています。病院、キャンパス内諸施設および全国あるいは必要な場合は世界各国の研究機関との共同研究もさらに推し進め、皆様の役に立つ研究を行いたいと考えています。

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ます。新年のごあいさつとさせていただきます。





絵本読み聞かせと認知症予防:社会活動の入り口として

社会参加と地域保健研究チーム 研究員 鈴木宏幸

平成 24 年 4 月から社会参加と地域保健研究チームの研究員となりました鈴木宏幸と申します。平成 20 年から当センター「もの忘れ外来」にて認知機能の評価に携わらせて頂いており、認知機能検査の開発を主な研究テーマとしてきました。その中で、認知症の進行遅延には人との関わりが重要であり、社会参加こそが認知症予防に繋がるのではないかという事を実感しました。現在は、社会参加活動と認知機能との関連に関する研究を中心として、幅広い研究に関わる機会を頂いています。

今回は、社会参加活動の入り口としての可能性を持つ「絵本読み聞かせと認知症予防」について紹介させていただきます。

絵本の魅力

みなさんは絵本にどのようなイメージをお持ちでしょうか？子ども向けの本という程度の印象しか無いかもしれません。ところが、改めて目を通してみると絵本の世界の奥深さをすぐに体験できると思います。私の体験ですが、子どもの頃に見た絵本をじっくりと見返してみると、絵の素晴らしさ、言い回しの巧みさ、物語が示唆していた道徳的な意義など、昔は気づかな

かったものを感じることができました。絵本は内容がシンプルである分、読み手次第で受け取られ方が様々に変化するのだと思います。

絵本はその内容も多種多様で、科学や風習、社会的出来事や認知症患者の理解を深める本など多岐に渡って刊行されています。白書出版産業によると、出版部数の減少に悩んでいる近年の出版業界にあって、絵本については年々発行部数を増やしており、刊行される新刊の数も増加していることが報告されています。

絵本の読み聞かせと認知症予防

社会参加と地域保健研究チームでは、藤原佳典研究部長を中心として絵本読み聞かせボランティアによるヘルスプロモーションプログラム「りぷりんと」を展開しています。シニアが幼稚園や小学校に出向き、絵本読み聞かせボランティアとして社会貢献を果たすと同時に、それがシニア自身の健康づくりに繋がるという世代間交流型のプログラムです。総合的な健康増進に役立つことが期待されていましたが、活動の様子から特に認知機能において有効である事がみえてきました。

絵本の読み聞かせでは、単純に絵本を読むのではなく、「絵本を子ども達に向けて読む」ために、絵本の解

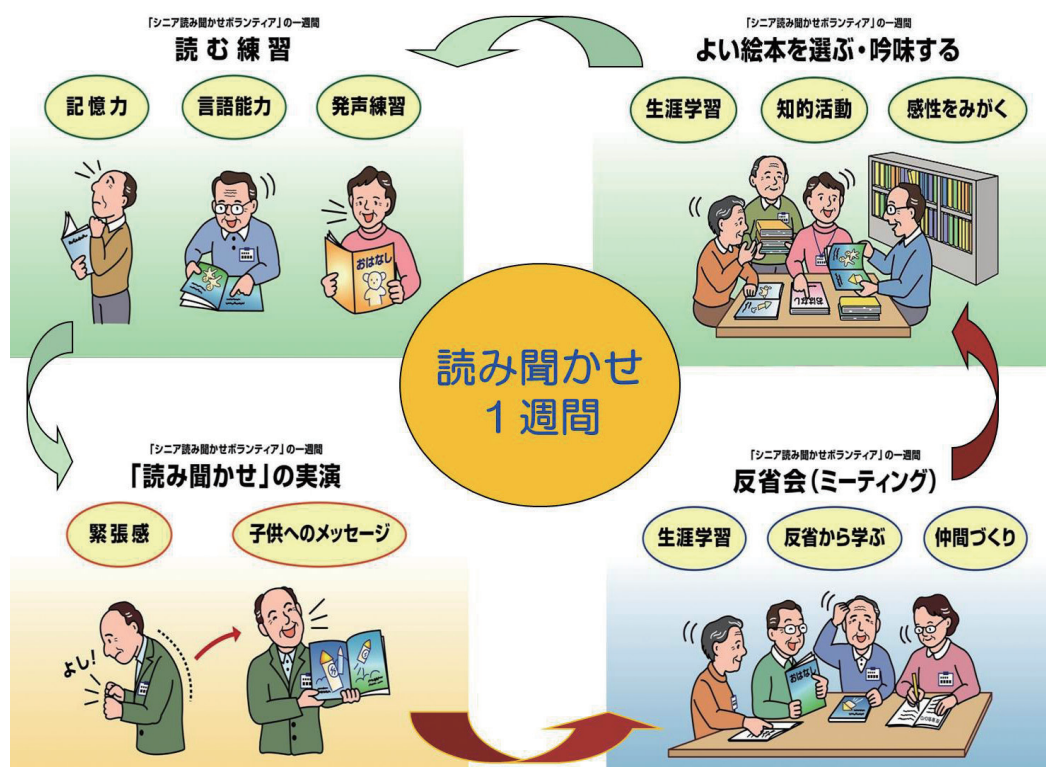


図 1 絵本読み聞かせ活動の一週間

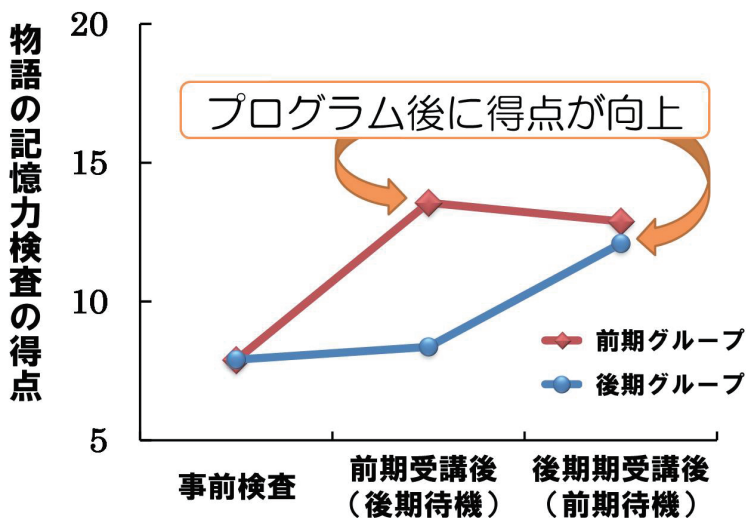


図2 絵本読み聞かせ法の習得による認知症予防プログラムの結果

釈を深め、読む練習をします。本番で上手に読むためには十分に練習する必要がありますが、この練習こそが重要で、物語を憶えるための記憶力や、すらすら話すための言語機能など、認知機能を刺激する活動が豊富に含まれています。さらに練習の背後には、なるべく良い絵本を選ぶために図書館に通い、多くの本を読み比べるという知的活動があります。また、新刊が多数発刊される絵本ですから、「ネタが尽きる」という心配がありません。活動の長期継続が強く要求される認知症予防において、この点は非常に重要であると言えます。

認知機能の低下は、何十年という長い期間をかけて進行していくことが明らかになっています。そのため、認知機能の低下予防には、知的活動を長期間かつ継続的に行うことが重要です。絵本の読み聞かせは、まさに「知的活動」と「長期継続」の2点を満たしている活動であると言えます。

絵本の読み聞かせ法の習得による認知症予防プログラム～社会参加活動の入り口として

絵本読み聞かせが認知症予防に有用であるという感触を得て、平成22年より「絵本の読み聞かせ法の習得による認知症予防プログラム」を開始しました。これは、りぷりんとを参考にしたプログラムで、「子ども達に絵本の読み聞かせを行う」事を想定し、絵本読み聞かせ方法の習得を目指すという内容で構成しました。プログラムの効果を科学的に検証するため、もの忘れに不安のあるシニアの方を募集し、前期と後期の2グループに無作為に振り分けました。その結果、ねらい通りプログラムは「物語の記憶力検査」の得点を向上させる効果がありました。この検査は日常で必要となる記憶機能の測定と類似していると考えられており、本プログラムが認知症予防に有効であることが示唆されます。



図3 プログラム終了後に絵本読み聞かせの実践へ

研究の成果はこれだけではありませんでした。プログラムは3つの地区で実施したのですが、平均出席率は91.8%と非常に高く、講座の内容そのものが魅力的であることがうかがえました。参加者の中には元々絵本に興味がある人もいましたが、認知症予防に興味はあるけども絵本には長年触れてないという方が大半でした。このような人たちにあって、プログラム修了後には70.0%の方が実際に子ども達の前で絵本読み聞かせを実践したいという事で自主グループに移行しました。自身の健康づくりのために参加したシニアたちを、いつの間にか社会活動へと誘導する事ができていたという幸運な結果でした。

おわりに

高齢世代の急増という社会にあって、社会参加による健康づくりはさらにその重要性を増していくと考えられます。一方で、種々の社会形態の変化により、人と人とのつながりは従来とは違う形へと様変わりをし続けています。いくら社会参加を推奨しても、興味が無ければ活動をする気にはなりませんし、高齢世代が社会と関わるためには、何かしらの「技」を持っていないとなかなか機会も巡ってきません。絵本読み聞かせプログラムは、本人にとっては認知症予防が目的だったと思いますが、実は絵本読み聞かせという「技」も習得していたようです。このような健康づくり・生涯学習を入り口とした社会参加活動の促進は、今後重要になると予想されます。特に、ともすれば社会よりも自分の事に興味が集まりがちになるかもしれない次世代・次々世代のシニアにとっては必要な視点であるように感じます。

少し先の話になってしまいましたが、現在、認知症予防活動をされている方にも「知的活動」と「長期継続」の重要性は当てはまります。認知症予防を実践されている方は、ぜひ今後も活動を楽しみながら社会と関わりを持ち、活動を長期間継続して頂きたいと思います。

長寿者に「あやかる」精神で！

— 超高齢者の健康に関する5か国比較研究の沖縄調査準備に参加して —

福祉と生活ケア研究チーム 研究員 増井幸恵

ご存じの方も多いと思いますが、京都府京丹後市の木村次郎右衛門さんが2012年12月28日に、死去した人物も含めた歴代最高齢の男性となりました。また、現在、存命中の長寿者のうち上位3名が日本人と言われており、日本は世界に冠たる長寿国の地位を保っています。世界の長寿国日本から世界に向けて人間の長寿の要因・秘訣を発信することができるとしたらなんと素晴らしいことでしょうか。これまでも、日本をはじめ世界各国で、百歳以上の方を対象としたさまざまな領域の調査が行われ、健康長寿に関連する要因が明らかになってきました。しかしながら、これまでの調査では、それぞれの国や研究機関によって異なる指標やテストを用いて調査が行われており、調査結果を国や研究をまたいで総合的に評価することが難しいという欠点も浮かび上がってきました。

そこで、健康長寿達成のための人類に共通する要因を明らかにするため、日本、フランス、デンマーク、スイス、スウェーデンの5か国において、共通する指標やテストを用いた調査を実施し、百寿者の国際比較を行う研究（通称、5coop）が開始されました。日本では、日本大学の齋藤安彦教授をリーダーとして、東京都健康長寿医療センター研究所、慶応義塾大学、大阪大学、琉球大学、沖縄国際大学の合同チームが発足し、青森県、東京都、京都府、兵庫県、福岡県、沖縄県において、100歳ちょうどの方の調査を行っています。当研究所からは、自立促進と介護予防研究チームの稲垣宏樹研究員と私が参加し、主に東京地区（板橋区、江戸川区、練馬区）の調査を担当しています。

この5coop研究のキモは、世界の5か国で共通の指標、共通の手順を用いて百寿者からデータを収集することです。日本でも複数の機関が同時に調査を行うので、調査の順序（インタビューの他、血圧や身体計測、簡単な運動検査なども実施します）や認知機能検査の手順などに違いがでないよう、丁寧に調査員の訓練をする必要がありました。そのため、沖縄国際大学のドナルド・クレイグ・ウィルコックス教授（沖縄の百寿者を世界に紹介した「The Okinawa Program」という著書で有名な先生）の要請があり、2012年5月14日から16日の3日間、稲垣研究員と私の二人で、宜野湾市にある沖縄国際大学で調査

員の研修を行ってきました。

初日は調査手順の復習とロールプレイを行い、2日目には実際に長寿者の方にお会いし、調査の実地研修となりました。場所は沖縄北部の名護市久志（くし）地区。海辺の小さな農村で、静かでのんびりとした、懐かしい雰囲気の村でした。訪問したのは99歳のお一人暮らしの女性。近所でも評判の元気なおばあです。地域で高齢者のサロン活動を行っている方にご紹介をいただいたのですが、その方によれば予め訪問をお願いしてしまうと「絶対逃げてしまう」とのこと。アポイントメントなしの突撃訪問になりました。当然のことながら玄関には鍵はかかっていません。玄関口で「ごめんください」と一言かけるとそのまま総勢4人で居間に上がり、居間のソファに座っているおばあと対面します。おばあも突然の来客にびっくりもせず、ニコニコと我々を迎えてくれました。

その後、おばあに挨拶をするのですが、印象的だったのは、看護師さんでもある調査員の方が「初めまして。おばあがとっても元気で長生きだと聞いて『あやかり』



首里城にて、稲垣研究員

に来ました～」とおっしゃったのです。そこには長寿者に対する敬意はもちろんですが、自分に福をもたらす一種の役割を持った大事な人という意味が多分に感じられました。そして、突然の訪問を受けたおばあも、自分が元気で長生きできた秘訣や自分の今の暮らし方のよい点を嬉しそうに色々と言いついて聞かせてくれるのです。長寿者は単に自分のために元気で長生きをしている訳ではない。長寿という幸福を皆に伝え、教える役目を持っている。そして、若い人はその人に「あやかり」、長寿という福を手に入れる。そのような形での

「長寿」の社会的役割、社会的な意味が沖縄にあること、おそらくそれが沖縄の長寿の文化の重要な鍵であることを、実感した訪問となりました。

「5coop」研究班も、百寿者の方に「あやかる」精神で、調査・研究を行い、長寿という幸福を少しでも皆に伝えられるよう、励んでいきたいと思います。最後に、お年寄りに会う際に「〇〇さんに、あやかりに来ました～」というのはとても自然で素敵な挨拶だと思います。みなさんもぜひ使ってみてください！



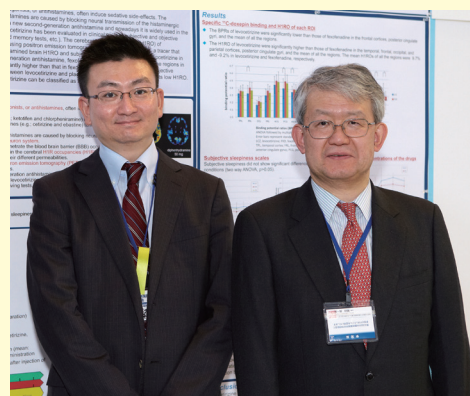
第33回日本臨床薬理学会学術総会 最優秀ポスター賞 神経画像研究チーム 平岡宏太良

当センターの東日本大震災への支援の一つとして、神経画像研究チーム(石渡喜一研究部長ら)は、研究継続が不可能になった東北大学のPET研究グループ(谷内一彦サイクロトロン・RIセンターセンター長ら)の緊急性あるいは重要性のある幾つかの臨床及び基礎研究を、共同研究として受け入れて支援してきました。その1課題の研究結果の発表で、以下の表彰を受けました。

2012年11月29日～12月1日に沖縄で開催された第33回日本臨床薬理学会総会において、「Brain histamine H1 receptor occupancy measured by PET in humans after oral administration of levocetirizine, a new second-generation antihistamine」を発表し、最優秀ポスター賞に選ばれました。

本研究は、抗ヒスタミン薬 levocetirizine の脳内ヒスタミン受容体への結合をPETにより計測し、抗ヒスタミン薬の副作用の可能性を客観的に評価する報告です。

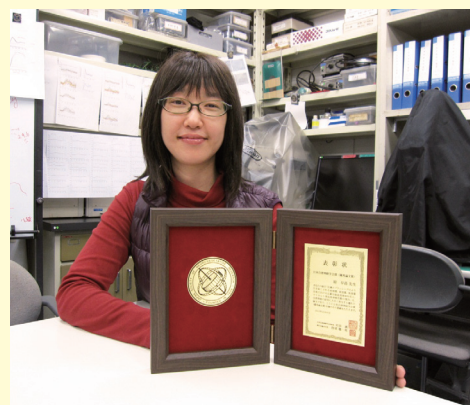
(所属：東北大学サイクロトロン・RIセンター、サイクロトロン核医学研究部)



左から平岡非常勤研究員、谷内サイクロトロン・RIセンターセンター長（協力研究員）

日本自律神経学会賞(優秀論文賞) 原 早苗 老化制御研究チーム 元研究生

2012年10月25日の第65回日本自律神経学会総会(東京)において「皮膚のブラッシングにより引き起こされる前頭葉、頭頂葉、後頭葉皮質における広範な脳血流増加反応と、マイネルト基底核神経活動の関与」(自律神経雑誌48巻5号掲載)で受賞しました。お茶大との共同研究であり、原さんは本課題で学位を取得しました。当チームでは認知機能に重要なマイネルト基底核が歩行で活性化される事を示してきましたが、今回、皮膚を擦る刺激でも活性化される事が示され、歩行困難なお年寄りの認知症予防への応用が期待されます。



消えない記憶が消えるとき

我々が実験でマウスを使う上で、「ナイーブ」であることは非常に重要です。「ナイーブ」は一般の意味と異なり、マウスが初めて実験に使われることを意味します。さらに、実験上意図しない刺激の影響を受けていないことも重要な要素です。実験に使われるマウスは余分な刺激を受けることがないよう、常に一定の環境で飼育されています。ですが、東北地方を中心に甚大な被害をもたらした東日本大震災は、震源から約350km離れた東京で飼育されているマウスにも大きな影響を与えました。「老人研ニュース No.245」（平成23年7月に発行）で既にお伝えした通り、震災を経験したマウスは自身にとって害となる刺激に対して非常に敏感になり、恐怖記憶が強く形成されていました。老人研ニュース発行後に、震災を経験したマウスの血液成分を調べたところ、ストレスホルモンが震災前よりも大幅に増えていることがわかりました。我々人間にとって極めて強い震災が大きなストレスだったことと同様、マウスにとっても震災は大きなストレスだったのです。

震災という大きなストレスを経験し、震災前と比較して恐怖記憶が強く形成されるようになったマウスは、「ナイーブ」と考えることはできません。老人研では東日本大震災による建物等への被害は少なかったのですが、マウスが「ナイーブ」でなくなったことは研究を進める上で大きな打撃でした。我々は震災前と同じ「ナイーブ」マウスを探さなければ研究を再開できない事態に陥ってしまったのです。

東日本大震災が発生した平成23年3月11日から1ヶ月の間に発生した地震の回数を調べたところ、東京では280回程度の地震が観測されていたことがわかりました。我々は地震の影響が少なかった地域ではマウスの行動に対する影響も少なかったのではないかと考え、震源から約670km離れた滋賀県で生まれたマウスを取り寄せて実験を行うことにしました(図1)。なお、平成23年3月11日から1ヶ月の間に滋賀県で観測された地震の回数は15回でした。

マウスが地震の影響を受けているかどうかの判断は、恐怖条件づけテストを用いて行いました。恐怖条件づけテストでは、マウスがよく聞こえる“音”と、マウスにとって恐怖を引き起こす“電気ショック”を組み合わせます。“音”自体は本来恐怖を引き起こしませんが、“音”と“電気ショック”が強く結びつくと、マ

老化制御研究チーム 研究員 柳井修一

ウスは“音”に対しても恐怖を感じるようになります。我々が恐怖を感じたとき“すくむ(固まる)”ように、恐怖を感じたマウスも“すくみ”ます。“すくんでいる”時間が長いほど、恐怖記憶がよく保存されていると考えればよいでしょう。“すくみ”時間を測定することで、恐怖記憶の度合いを測定することができます。“実験箱”内でマウスに“高い音”と“電気ショック”を組み合わせ与えます(図2上)。その1時間後、全く異なる環境で再びマウスに“高い音”を聞かせ、“すくみ”時間を測ります(図2下)。マウスが電気ショックを受けたときの“高い音”を覚えていれば、再び電気ショックがくると思い恐怖ですくみます。

東京で地震を経験したマウスと滋賀で地震を経験したマウスのすくみ時間は同程度であり、その値は震災前よりも長くなっていました。このことは、東日本大震災の震源地から遠く離れ、地震の回数も少なかった滋賀生まれのマウスもまた、東京マウスと同様に恐怖記憶が強く形成されるようになっていたことを意味します。この結果は我々の予想に反するものでしたが、動物は自然環境の変化が生命の存続に大きく影響するため、我々人間よりも環境変化に敏感なのかもしれません。地震という強烈な刺激は、滋賀マウスにとっても消えない記憶となっていたのです。

「ナイーブ」マウスの候補として次に我々が用いたのは、滋賀で震災を経験したマウスから生まれた子、つまり震災次世代のマウスでした。先ほどと同様恐怖条件づけテストを用いて実験を行ったところ、震災前のマウスと震災次世代マウスのすくみ時間が同程度であることがわかりました。震災によってもたらされた「消

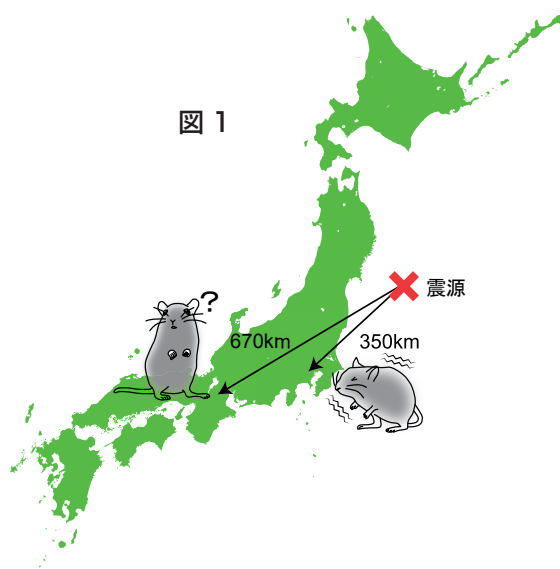


図1

えない記憶」は、世代が交代することで消えたのです。我々はこのようにして震災前と同じ「ナイプ」マウスを見つけることができ、以降の実験では滋賀生まれのマウスを使うようになりました。

図2



マウスを用いた実験から分かった結果を、我々人間はどのように解釈すればよいのでしょうか。「よい記憶力はすばらしいが、忘れる能力はいっそう偉大である」。これは、アメリカの作家であり、哲学者でもあるエルバート・ハバード（図3）の言葉です。記憶について考えると、誰しもが「覚

えていることは良いことである」と思うでしょう。でも、過去に起こった些細なこと全てを覚えていると、過去にこだわりすぎるが故に現在が見えにくくなり、過去に縛られた人間になってしまいます。また、人間の脳が蓄えることができる記憶の量は限られていると考えられています。忘れることができるからこそ、新たな情報を記憶することができるのかもしれませんが。このような意味からも、世代が変わらなければ消えない地震の記憶は極めて強烈だったことがうかがえます。私たちが生きている間、凄惨な大震災は私たち自身の記憶として残るでしょう。ですが、このような記憶も口承で、あるいは記録として伝えなければ、世代が交代したときに消えてしまいます。防災意識を忘れることがないように、そしていざという時に落ち着いて行動できるよう、大震災に関する記録を次の世代へ語り継ぐことの重要性をマウスたちは教えてくれているのかもしれません。

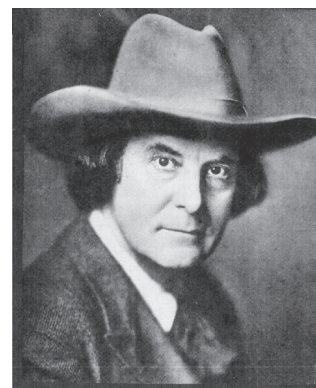


図3

平成24年度若人研究発表会

2012年11月16日、老人研の研究室に所属する学生が主催する「若人研究発表会」が行われました。この会は、学生間の交流を深めると共に、それぞれの研究発表を通して、互いを刺激し、研究のヒントを見つける事を目的として毎年開かれています。

企画・運営は、実行委員（老人研の大学生3名）が主体となって行い、当日は、院生と学部生あわせて7名がパワーポイントを使って研究発表をしました。会場には予想以上に多くの方が集まり、満席となりました。また、演題は多岐にわたり、様々な分野に話が広がり、活発な質疑応答が交わされました。参加者の皆様、特に学生にとっては、大変意義深いものになったのではないのでしょうか。

私たち実行委員にとって、座長を置いた学会形式での発表・運営は初めてのことでしたが、若人らしく大胆な発表ができたのではないかと思います。様々な研究に触れ、多くの刺激を受けたことで、新たな関心が生まれ、更なる研究への意欲が強まりました。また、発表会後に開かれた懇親会は、学生間の交流を深める貴重な場となり、充実した時間を過ごすことができました。

最後になりましたが、発表会の運営を支援してくださった遠藤玉夫副所長および研究所の先生方に心よりの感謝を申し上げます。また、発表会に参加してくださった方々、発表を引き受けてくださった先輩方、大変ありがとうございました。

（文責：老化制御研究チーム（老化再生）・北里大学 小島開）



演者氏名	所属	演題
福永 大地	老年病研究チーム 運動器医学	「高齢マウスを用いた加齢性筋萎縮（サルコペニア）の筋線維タイプ特異的な筋病態の解明」
高橋 経太	老化制御研究チーム 分子老化制御	「ビタミンC欠乏状態における肝臓の遺伝子発現変化及び脂質解析」
村瀬 尚哉	老年病研究チーム 運動器医学	「重症筋無力症新規抗原タンパク質 Lrp4 について」
中村 真菜美	老化制御研究チーム 老化再生	「小脳依存性非陳述記憶に対する分散学習の効果」
飯島 遼平	老化機構研究チーム レドックス	「酸化ストレスの背景要因に関する研究」
鈴木 徹也	老化制御研究チーム 環境老化	「抗癌剤副作用による間質性肺炎の水素水による抑制効果検討」
小島 開	老化制御研究チーム 老化再生	「老化促進モデルマウスの恐怖記憶に及ぼす Cilostazol の効果」

老年学公開講座レポート

第124回老年学公開講座レポート

11月14日(水)に調布市グリーンホールにて、調布市との共催により、第124回老年学公開講座を開催いたしました。テーマは「あなたに合った人生のしめくりを」と題しました。

初めに、東京ほくと医療生活協同組合王子生協病院内科の平山陽子先生より、「かかりつけ医と考える人生のしめくり～事前指示書のすめ」として、事前指示書とはどのようなものか、いつ・誰と終末期について考えるのがよいのか、終末期に提案される治療などについてお話いただきました。

続いて、福祉と生活ケア研究チームの島田千穂研究員(写真)より、「最期まで自分らしく生きるために～老人ホームでの生活

から～」の講演がありました。食事介助の注意点など、施設ではどのようなケアを提供しているかについて紹介されました。

最後に、緩和ケア内科の荒井和子医長より、「“緩和ケア”を知り、より自分らしい人生を歩みましょう」と題した講演がありました。緩和ケアはがんに対してのみ行われるものではないことや、つらさは体の痛みに限らないことなど、緩和ケアについての解説がありました。

初めて取り上げるテーマでしたが500名以上の皆様にお越しいただき、大変盛況となりました。



第125回老年学公開講座レポート

12月13日(木)にルネこだいらにて、小平市の後援により、第125回老年学公開講座を開催いたしました。第122



遠藤玉夫副所長

回老年学公開講座と同じく「活性酸素の光と影～からだのサビは、老化のかなめ～」をテーマに、老化機構研究チーム三浦ゆり研究副部長より「酸化ストレスのい・ろ・は～活性酸素は敵か味方か～」、老化制御研究チーム大澤郁朗研究



副部長(写真左)より「過信は禁物！健康食品のウソ・ホント」、丸山直記トランスレーショナルリサーチ推進部長(写真右)より「病の裏に活性酸素あり」の講演がありました。

講演後の質疑応答では、「活性酸素から逃れることはできないのか」「サプリメントは本当に効くのか」「ビタミンCはどのようにして摂取するのがよいのか」など、多数のご質問をお寄せいただき、充実した時間となりました。

主なマスコミ報道

H.24.1～H.24.●

社会参加と地域保健研究チーム 研究部長 新開省二

- 「高齢者の低栄養は循環器疾患・肺炎死亡リスクに」
(Medical Tribune Vol.45, No.47, 48 H.24.11.22,29)

副所長

高橋龍太郎

- 「これからの季節「ヒートショック」にご用心！」
(NHK ラジオ第一 ラジオあさいちばん・あさいちウオッチ H.24.11.30)
- 「検証：冬のお風呂 安全な入り方」
(テレビ朝日 やじうまテレビ H.24.11.11)
- 「厚生労働省 “ヒートショック”の実態を調査へ」
(フジテレビ スーパーニュース H.24.12.19)
- 「冬の安全・健康入浴術」
(雑誌「ヘルス&ライフ」平成25年1月号)
- 「外出時の防寒スタイルについて」
(公明新聞 H.24.12.21)
- 「湯船に潜む危険」

(NHK ニュースウオッチ9 H.24.12.25)

- 「終末期医療“希望を記録に残している”は1割ほど」
(NHK 定時ニュース、NHKBS 定時ニュース H.24.12.30)

附属診療所

所長(神経画像研究チーム) 石井賢二

- 「認知症の画像検査 脳の働き分析 進行予防へ 早期治療に道筋 発症前 予測の試みも」
(読売新聞 H.24.12.13)

自立促進と介護予防研究チーム 研究副部長 金 憲経

- 「肩こりが日本一少ない秘密！」
(テレビ朝日 たけしの健康エンターテインメントみんなの家庭の医学 H.24.12.18)

老化制御研究チーム

研究員 福 典之

- 「秒読み？遺伝子ドーピング」
(朝日新聞 H.24.12.20)



新年の目標や計画を立てる時期ですが、今年はなんといっても新施設への引っ越しが控えています。外から見ていける限り、外観もほとんど完成し、最近は運用の計画などソフト面での検討が増えています。しかし、ここにきて思いがけない問題が次々に出てきており、効率的かつ快適に業務を行える環境を構築するために、もう一度想像力を働かせて準備する必要があるようです。同時に、これまでも機会毎に古い資料の電子化や不要品の整理などを進めてきましたが、研究所がこれまで積み上げてきた歴史の前には焼け石に水といった状態で、引っ越し本番までにはもっと本腰を入れて取り組まなければなりません。これまでの整理をきちんとし、新しい場所では新たな取り組みを始めていきたいものです。(歩無)



平成25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
〒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