

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

新年のごあいさつ	1	シンポジウム：健康長寿をめざした	
老年学最前線	2、4	老化研究の最前線	7
表彰	6	首都大学東京バイオコンファレンス	
科学研究費助成事業の採択状況	6	2016	7
第144回老年学・老年医学公開講座		公開講座開催予定	8
レポート	7	主なマスコミ報道／編集後記	8



第144回老年学・老年医学公開講座 (P.7)



## 新年あけましておめでとうございます

東京都健康長寿医療センター センター長 許 俊鋭

新しい年を迎え、今年も皆様にとりまして実り多い年となりますようお願いしています。

東京都健康長寿医療センター研究所は、昭和47年に東京都老人総合研究所が開設されて以来45年に亘り、高齢化社会がもたらす様々な課題の解決に向けた研究に先進的に取り組んで参りました。

研究所が開設された昭和47年の日本の高齢化率は7%台でしたが、平成27年には高齢化率は26.7%まで上昇しました。WHOが発表した世界保健統計2016では、日本国民の男女合わせた平均寿命は83.7歳（世界平均71.4歳）、介護を要しない健康寿命は74.9歳（世界平均63.1歳）といずれの指標でも日本は世界一の長寿国となっています。一方、高齢化に並行して少子化が進んだ結果、昭和47年は高齢者1人を現役世代9人で支えていたのが、平成27年には高齢者1人を現役世代2.3人で支えなければならない超高齢社会となりました。

超高齢社会の最も重要な目標の一つは健康寿命の延伸です。健康寿命の延伸には疾病の早期発見・早期治療に加えて、フレイル、ロコモティブ症候群、サルコペニア、認知症などの高齢者特有の病態に対する予防・治療が重要です。第2期5年間計画（平成25年度～29年度）

の中期目標は「高齢者の健康維持・増進と活力の向上を目指す研究」であり、「認知症の早期発見、医師・看護師研修システムの開発」や「高齢者の老化に関する各種バイオマーカーの開発研究」などの新規プロジェクトも推進してきました。研究所と病院の連携をさらに深め、研究所で得られた成果が、地域住民の健康増進や、臨床医学に役立つ成果であることを検証するためのトランスレーショナル研究を推進していきたいと思っています。また、高齢者医療・福祉について研究を進めている日本全国あるいは世界各国の研究機関との共同研究を推し進め、超高齢社会における健康増進と生きがい構築など、人々の幸せに貢献してまいりたいと考えています。



日本において、さらに世界において超高齢社会が進行しつつある今日、当研究所が担うべき研究課題は山積しております。新しい年を迎え、所員一同、一丸となって日々研究に取り組んでおります。今後とも変わらぬご指導・ご支援をお願いし、新年のご挨拶とさせていただきます。

# 健康・医療に関する情報を賢く扱うために

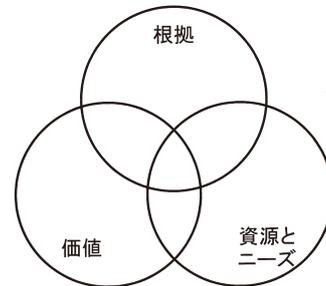
福祉と生活ケア研究チーム 研究員 光武 誠吾

## 健康情報を賢く扱う力：ヘルスリテラシー

テレビや新聞などのメディアで健康・医療に関する情報（健康情報）を見ない日はないかと思えます。ですが、それらの健康情報を鵜呑みにして良いのでしょうか。答えは「NO!」です。ご存じのように、テレビCMで派手に効果が演出されている商品や得体のしれない民間療法の科学的根拠は乏しく、場合によっては、危害を受けることもあります。そのため、健康情報を賢く扱うためには、情報の質を見極めて行動することが重要です。

健康情報を取捨選択し、活用する能力であるヘルスリテラシーは、健康と密接に関連することが示されたことで、世界的に注目を集めるようになりました。リテラシーという言葉は「読み書きの能力、識字力（広辞苑第五版）」という意味でしたが、近年では「コンピューターリテラシー」のように他の言葉と組み合わせて、「ある分野の知識や能力」の意味で用いられることが多くなりました。1998年にシドニー大学のDon Nutbeam氏がヘルスリテラシーを、「よい健康状態を推進して維持させられるような情報にアクセスし、理解し、利用するための個人の意欲と能力を決める認知的社会的スキル」と定義してから、これまで様々な定義が提唱されています。様々なヘルスリテラシーの定義の中で共通しているのは、「健康情報を入手し、評価した上で意思決定を行う能力」といった点です。

京都大学の中山健夫氏は、「情報」と「意思決定」との関連を「降水確率（情報）」と「傘を持っていくかどうか（意思決定）」といった例で上手に説明されています。皆さまは、降水確率が何%であれば、傘を持って出かけになりますか。絶対に濡れたくない（価値観）という方は、10%でも傘を持っていくかもしれません。家に傘がない（資源）という方は高い降水確率でも傘を持っていきませんし、車で出かける場合は、雨が降っても傘を必要としないかもしれません（ニーズ）。根拠に基づく意思決定には、情報（根拠）とともに、その人の価値観や利用できる資源とニーズが影響することを、EBM（Evidence-Based Medicine：根拠に基づく医療）の第一人者であるイギリスのMuir Gray氏は示しています（図1）。



Muir Gray. Evidence-Based healthcare and public health third Edition, 2009 を基に作成

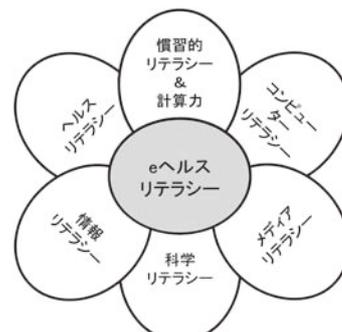
図1. 患者・人口集団の意思決定要因

つまり、ヘルスリテラシーは、情報の信頼性を見極めるだけでなく、その人の価値観や資源とニーズも含めた上で適切に意思決定し、健康問題解決に至るまでに必要な能力とされます。

## インターネット上の健康情報を扱う力

インターネットが普及したことで、現代社会の情報化は進みました。2014年の総務省の調査によると、わが国のインターネットの人口普及率は8割を超えています。米国では、インターネットユーザーの約6割が「一年以内にインターネット上で健康情報を検索したことがある」と回答しており、わが国でもインターネット上の健康情報にアクセスする方は増えていると考えられます。しかし、テレビCM同様に、インターネット上にも科学的根拠の乏しい健康情報は溢れているため、インターネット上の健康情報を扱う能力であるeヘルスリテラシーを身に着けることが重要になってきました。

eヘルスリテラシーという用語は、2006年にカナダのCameron Norman氏によって提唱され、ヘルスリテラシーを含めた6つのリテラシーから構成されます（図2）。



一部改変：光武ら、日本健康教育学会誌、2012

図2. Norman氏が提唱するeヘルスリテラシーLilyモデル

私達はこれまで英語版しかなかった eヘルスリテラシーの評価尺度 eHEALS (eHealth Literacy Scale) の日本語版を開発し、eヘルスリテラシーと健康との関連について検討してきたので、その研究結果を次で紹介いたします。

## 研究紹介：eヘルスリテラシーと健康との関連

研究に着手した当時、eヘルスリテラシーは健康に関連するという仮説がありましたが、その仮説を実証する研究は行われていませんでした。そこで、わが国で罹患者数が急増しているが、早期治療が効果的である大腸がんに着目し、大腸がん検診の受診行動および大腸がんに関する知識と、eヘルスリテラシーとの関連を検討しました。その結果、性や年齢などの影響を除いても、eヘルスリテラシーの高さは大腸がん検診の受診行動と大腸がんに関する知識の高さに関連を認めました<sup>1)</sup>。また、2016年 Journal of Medical Internet Research という健康情報学を扱う学術雑誌に掲載された研究では、性や年齢などの影響を除いても eヘルスリテラシーの高いの方が、普段から運動やバランスのとれた食事注意到生活を送っていることがわかりました<sup>2)</sup>。以上より、病気に対する知識の向上や健康行動を促す上で eヘルスリテラシーが大きな役割を果たす可能性があることが示唆されました。しかし、いずれの研究も対象者が社会調査会社に登録のある成人インターネットユーザーであったため、インターネットユーザーの中でも若く、高学歴、高収入でインターネットを良く用いる集団における調査であったことに留意しなければなりません。そのため、今後は、健康に関する意思決定を適切に行うニーズが高く、インターネットを用いるが、調査会社に登録するほどインターネットが身近ではない高齢者を対象に研究を進めていく必要があると考えております。

## 2つの側面からの介入方法

国民の健康増進や医療・介護を受ける際の意思決定の支援にヘルスリテラシー (eヘルスリテラシーを含む) は、どのように応用することが可能でしょうか。それは、①ヘルスリテラシーが低い者でも質が高く、わかりやすい健康情報入手しやすい環境づくりと、②国民のヘルスリテラシーを高めることが重要だと考えます。

わが国でも質の高い健康情報を扱うサイトはありますが、残念ながらそういったサイトは一般市民への普及が十分とは言えません。また、健康情報を扱うサイトの情

報の質を確保するために、NPO 法人日本インターネット医療協議会 (<http://www.jima.or.jp/>) が認めたサイトには「トラストマーク」を認定するといった試みもありますが、審査への参加はサイト運営者が自主的に行うため、科学的根拠の乏しい情報を発信しているサイトの規制に効果を発揮するには時間がかかりそうです。

そこで、健康情報を扱う本人のヘルスリテラシーを高めることが重要になります。表1には、インターネットの健康情報を取得する際のポイントを示しました。皆様が医療・介護を受ける際の情報収集の参考になれば幸いです。もっとヘルスリテラシーに関する情報を知りたい、または、ヘルスリテラシーを身につけたいという方には、聖路加大学の中山和弘氏が運営する「健康を決める力 (<http://www.healthliteracy.jp/>)」もお勧めです。

表1. インターネットの健康情報を取得する際のポイント

- 情報の提供者は誰か？
  - 誰がどういう目的で情報を提供しているのか？
  - 商業サイトに注意が必要。
- 更新日はいつか？
  - 情報は日付が命。
  - 日付のない情報は古いか新しいかもわからない迷惑な存在。
- 病名+「根拠」で検索
  - 「エビデンス」、「ガイドライン」などのキーワードも質の高い情報への近道。

一部改変：中山健夫. 健康・医療の情報を読み解く, 2008

## おわりに

福祉と生活ケア研究チームでは、要介護高齢者とその家族に必要な医療・介護サービスを継ぎ目なく提供するための方策を検討しています。継ぎ目のない医療・介護サービスには、ケアに関わる当事者間の連携が重要で、その当事者にはケアに関わる多職種だけでなく、本人と家族も含まれます。本人と家族が納得のいく意思決定を行うためにも、ケアに関わる従事者が本人と家族のヘルスリテラシーの程度に合わせて情報を提供することや本人と家族のヘルスリテラシーを高める取り組みが必要となります。わが国の医療・介護現場でのヘルスリテラシーに関する研究は十分とはいえないので、医療・介護を受ける場面で納得のいく意思決定ができる方々が増えるよう研究に取り組んでいこうと思います。

### 参考文献

- 1) Mitsutake, S., A. Shibata, K. Ishii, et al: Association of eHealth literacy with colorectal cancer knowledge and screening practice among internet users in Japan. J Med Internet Res 2012; 14: e153.
- 2) Mitsutake, S., A. Shibata, K. Ishii, et al: Associations of eHealth Literacy with health behavior among adult internet users. J Med Internet Res 2016; 18: e192.

# 老年病、がんと男性ホルモンの関わりの解明へ

老化制御研究チーム 研究員 高山 賢一

## はじめに

平成28年4月より老化制御研究チームへ研究員として着任いたしました、高山賢一と申します。これまで東京大学医学部を卒業後、当センターの前身である東京都老人医療センターなどで内科研修を積んで参りました。その後は主に東京大学医学部で老年科医として働く一方で、老年病の研究にも取り組んできました。東大病院では認知症や骨粗鬆症などを専門とする外来を担当し、救急医療から慢性疾患の管理まで、幅広い高齢者医療の経験を積む機会に恵まれました。この度は研究に集中する時間を大学より頂き、幸運なことに当センターの研究員として老年病研究に取り組む機会を得ることができました。当センターに着任してから、これまでの臨床経験をもとにした新たな老年医学の研究へ取り組むべく研究体制を整えているところです。社会では、高齢化が進み高齢者人口が国民の半分近くを占める時代がもう間近です。しかし、高齢化が病気を増やす社会であってはならないと考えています。高齢者の方々が健康に生き甲斐をもって社会を支えられるよう、医療はこれまで治療の難しかった老年病の克服を目指すべきです。そのためにも、私たちが老年病を研究する責任は大きいはずで、高齢化は日本だけでなく世界的な問題であり、ここ東京から世界に発信できる研究成果をあげていきたいと思っております。

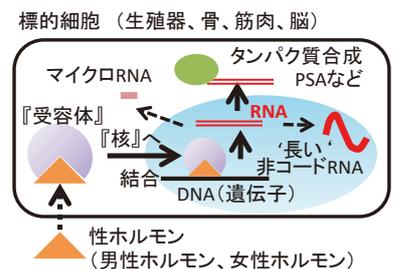
## 男性ホルモンが健康長寿を支えている

私はこれまでの研究のなかで、アンドロゲンと呼ばれる男性ホルモンが細胞の中でどのように働いているかを『分子』や『細胞』のレベルで解析してきました。ホルモンとは、身体の中の特定の臓器より産生され、離れた別の臓器を刺激して作用する分子の種類を言います。私たちの身体の中では、様々なホルモンが産生され身体のバランスを保つように絶えず働いています。その中で卵巣や精巣などの生殖器で作られるホルモンを『性ホルモン』とよび、男性では男性ホルモン、女性では女性ホルモンが主に活躍しています。性ホルモンは人間の生殖機能を担う重要なホルモンですが、最近の研究により性ホルモンは健康長寿においても重要であることがわかって

きました。男性ホルモンは、主に睪丸にある精巣で産生され、血液中に放出されます。年齢を重ねると男性の血液中のホルモンの値は徐々に減少することがわかっています。これが加齢によって出現する様々な疾患、たとえば骨の量が減少し骨折し易くなる『骨粗鬆症』や、物忘れなど『認知症』、『うつ』などの気分の障害、筋肉の量が減ることで転び易くなるなどの病気に関係します。つまり男性の生きる活力を支える重要なホルモンなのです。減ってくるのであれば男性ホルモンを注射すればいいと思われそうですが、話はそう簡単ではありません。性ホルモンはこれらの疾患を予防する反面、『がん』を悪化させる悪い働きも持っているからです。よってホルモンがなぜ効果を発揮しているのかきちんと仕組みを理解して、個々の病気や臓器にあった治療を考えることが大切です。

## ホルモンが前立腺がんを悪化させる仕組み

このように健康において重要な性ホルモンですが、その仕組みは長い間よくわかっていませんでした。しかし、いくつかの画期的な研究成果と技術の進歩により近年急速に明らかとなっています。1966年にノーベル賞を受賞したアメリカの外科医ハギンズは、精巣を手術で切除し、男性ホルモンを減らすことにより前立腺がんの進行を抑えられることを発見しました。特定の分子を抑えるだけでがんが治療できることを初めて示した画期的な成果です。それ以降、『ホルモン療法』とよばれる男性ホルモンを抑える治療が、前立腺がんの治療法として確立されました。その後、性ホルモンは細胞を覆っている膜を通過すると『受容体』とよばれるたんぱく質と結合して、一緒になって細胞の『核』とよばれる中心部位に一目散に移動することが発見されました。しかも、この受容体は核の中で人間の遺伝情報を記録して生命活動を司る『DNA』にくっつき、遺伝情報を読ませるスイッチ役となっていることがわかった



のです(図1)。つまり性ホルモンは離れた細胞に対して特定の遺伝情報を読み出すように指令しているのです。では、こうして読まれる『遺伝子』はどのような働きをしているのでしょうか?これに対しては現在も研究が進められていますが、最も有名なのは『PSA』とよばれる前立腺でつくられるタンパク質の遺伝子で、男性ホルモンで刺激されて読まれてくる遺伝子の中で最も顕著な分子です。この遺伝子から作られるタンパク質は血液中に放出されるため、血液中にこのタンパク質が多く含まれている人はがんを患っている危険性が高いことがわかっており、高齢者健診などで前立腺がんの早期発見に貢献しています。

### 新たにわかった‘RNA分子’とホルモンの関係

私の研究課題は、このホルモンの受容体がどのようにDNAの情報を読み取っているかの仕組みを明らかにすることです。21世紀になりさらに大きな技術革新がありました。それは人間の遺伝情報を全て読み解くことが可能になったことです。20世紀末には世界中の科学者が協力して長い年月をかけてヒトの遺伝暗号をようやく解読しました。しかし現在は、個人でも数日で読み解くことが可能です。これにより細胞の中でどの遺伝子がどれくらい読まれているかも全て明らかになりました。その数は膨大で、もはや高性能のコンピューターの計算だけが頼りです。私のこれまでの研究では、この技術を活用して、ホルモンがどのような遺伝子を刺激しているのかを前立腺がんの細胞の中で全て明らかにしました<sup>1)</sup>。また、受容体がDNAに結合する『結合点』を全て明らかにしました。その結果、男性ホルモンで操作されている一連の遺伝情報を見いだすことに成功しました<sup>1)</sup>。

ある遺伝情報がDNAから読み込まれると、そのDNAを鍵型とする『RNA』と呼ばれる分子が作られます。このRNAは細胞の核から外に飛び出し、細胞の中の小器官に入りタンパク質が作られます(図1)。20世紀の科学では、タンパク質が実際に細胞を形作りいろいろな機能を発揮するとされ、遺伝情報はタンパク質への変換のための暗号と思われてきました。ところが全ての遺伝子の発現情報を把握できる時代になると、細胞の中で読まれている情報は『タンパク質にならないRNA(非コードRNA)』のほうが圧倒的に多いことがわかり、『RNA大陸』と呼ばれる遺伝子の新しい概念が生み出されました。また、生命活動の中心はタンパク質ではなく、RNAが担っているという学説も報告されるように

なりました。私たちの研究でも、ホルモンで読み込まれる遺伝情報にはタンパク質にならないRNAがいくつも見つかりました。その中で、最も目立った動きをする『CTBP1-AS』と呼ばれる長いRNA分子の一つに着目しました。これはPSAのように男性ホルモンの刺激ですぐに読まれてくるRNAです。この分子が核に留まり、様々な場所で病気の進行に重要な遺伝情報のスイッチを止めている仕組みを発見しました<sup>2)</sup>。さらに実際の患者様から手術で取り出した標本を解析し、前立腺がんの病気の進行と関わっていることもわかりました<sup>2)</sup>。

また、ホルモンで読まれてくるRNAの中から『マイクロRNA』と呼ばれる短いRNAを一つ発見しました。このマイクロRNAは、タンパク質になる情報を読み込まれた伝達役のRNAにくっつくことでそのタンパク質の産生を抑制します。私たちはホルモンで刺激をうけるマイクロRNAが『TET2』と呼ばれるDNAを修飾する特定の種類の酵素を抑制していることを発見しました<sup>3)</sup>。この酵素は、DNAに直接作用して、その場所の遺伝情報の読まれる程度を修飾することが可能です。このような遺伝情報の‘修飾’は最近になり『エピゲノム』と呼ばれ、がんや老化など生命活動の詳細をコントロールしていることがわかっています。この発見から、私はホルモンがマイクロRNAを活性化することで、このエピゲノムを細胞全体で制御し、ホルモン療法の効き易さやがんの進行に関わっていると考えています。またホルモン作用において、RNA分子は中心的な役割を果たしていることが世界中からの報告で明らかになりつつあり、今後の展開が楽しみです。

### 将来の診断、治療薬の開発への道筋

近年の医療のなかで『分子標的薬』と呼ばれる薬が数多く使用されるようになりました。これは特定の分子の働きを抑えることで病気の治療につながる医薬品であり、主にがんなどの難治性の病気の治療などに応用されています。それらは全て分子レベルでの医学研究、実験室から生み出されました。現在私たちが研究している分子を抑えることで実際の治療薬を作れるのか?というのが次の課題です。RNAが生命活動の中心であれば、それを抑えることで画期的な新薬につながらないか?という次世代の薬の開発への試みも、私たちを含め世界中で盛んに行われています。

参考文献

- 1) Takayama K, et al: Integration of cap analysis of gene expression and chromatin immunoprecipitation analysis on array reveals genome-wide androgen receptor signaling in prostate cancer cells. *Oncogene* 30, 619-630, 2011.  
 2) Takayama K, et al: Androgen-responsive long noncoding

RNA CTBP1-AS promotes prostate cancer. *EMBO J* 32, 1665-1680, 2013.

- 3) Takayama K, et al: TET2 repression by androgen hormone regulates global hydroxymethylation status and prostate cancer progression. *Nat Commun* 6, 8219, 2015.



## 第7回GGI(Geriatrics & Gerontology International)優秀論文賞

日本語名「日本人地域在住高齢者における咀嚼機能とサルコペニアとの関連性」

英語名「The relationship between chewing ability and sarcopenia in Japanese community-dwelling elderly」

自立促進と介護予防研究チーム 非常勤研究員 村上 正治

食事を楽しむことは高齢期の QOL を支える最も重要な因子の1つであり、健康を維持増進するためにも重要と考えられています。高齢者の方がいつまでも楽しく食事ができて、栄養バランスの取れた食事を維持するためには歯だけではなく咀嚼筋や舌などの協調運動によって形成される食べる機能(咀嚼機能)が重要と考えました。本研究によって、栄養が深く関わっているサルコペニアは、咀嚼機能と関連していることが示唆されました。昨今の超高齢社会に対応する一手段として口腔の専門家である歯科の役割が再認識されてきていることが受賞に繋がったものと考えております。



## 第27回日本老年歯科医学会学術大会 優秀ポスター賞

「認知症高齢者に対する適時適切な歯科治療の提供に資する検討～FASTを基準に～」

自立促進と介護予防研究チーム 研究員 枝広 あや子

新オレンジプランにおいて、歯科医療の役割が明記されましたが、口腔管理や歯科治療上必要な動作に関し、認知症による影響の検討はいまだ不十分でした。本研究は、認知症高齢者における歯科治療や口腔清掃行為に係る口腔の運動機能を引き出すためのコミュニケーション方法について検討したもので、認知症の重症度、病態の把握をしたうえで、動作の難易度と指示方法に関する配慮が必要であることを示しました。本研究成果は、認知症患者に対する適時適切な歯科医療の提供の一助となることが期待されます。



## 平成28年度 科学研究費助成事業の採択状況

平成28年10月追加分

研究種目	新規	氏名	所属研究チーム	研究課題
研究活動 スタート支援	☆	横山 友里	社会参加と 地域保健	地域在住高齢者における食事摂取パターンとフレイルの関連に関する栄養疫学研究
	☆	菅谷 麻希	老化機構	エクソソームによる集合管機能の新規評価システムの開発
	☆	多胡 哲郎	神経画像	プロテノパチー発症機序解明のためのHDAC6 選択的PETプローブの開発
基盤研究(C)	☆	佐々木 紀彦	老年病態	血管疾患に対するGM1を標的とした新たな予防・治療法開発に向けた基盤研究
	☆	渡辺 信博	老化脳神経科学	疼痛性循環反応の可塑的变化に関する神経性機序の解明

※ ☆：新規採択者

## 第144回老年学・老年医学公開講座レポート

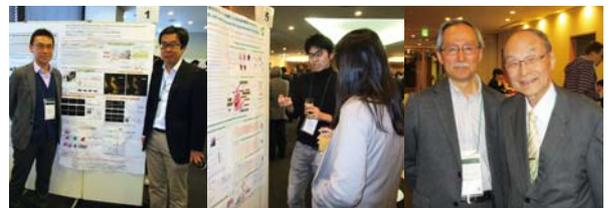
自立促進と介護予防研究チーム 研究員 小島 成実

11月16日(水)開催の公開講座『今日からできる!サルコペニア・フレイル予防法 一筋力低下と虚弱を防ぐー』は高い関心を呼び、講演開始時には1階はほぼ空席がない状況でした。センター長の挨拶の後、老年病態研究チームの重本和宏研究部長は『最近の研究でわかった「運動」と「食事」の大切さ』として、サルコペニア・フレイルの定義解説に始まり、運動や食事の重要性を動物実験での研究成果にもとづいて解説しました。自立促進と介護予防研究チームの金憲経研究部長は、独特のユーモアを交えた語り口で、高齢者に対するアミノ酸摂取や運動教室参加の効果について自らの研究を紹介しました。アミノ酸を余計に多く摂っただけでは筋肉は増えても筋力はつかないという結論には、皆納得でした。そして、「北区さくら体操」で、参加者一体となって体を動かしたりフレッシュした後は、内科の荒木厚統括部長が『フレイルの対策は健康長寿の道しるべ』と題して、医師の立場から、雑誌などに見られる「怪しい健康情報」への警鐘を鳴らしました。これには多くの聴講者に心当たりがあったようです。皆様の記憶に少しでも質の高い、有益な情報が残ってくれればと願いました。

## シンポジウム：健康長寿をめざした老化研究の最前線

老年病態研究チーム 研究副部長 豊田 雅士

11月17日(木)に「Frontiers in aging research toward healthy longevity ~健康長寿をめざした老化研究の最前線」(理化学研究所主催、東京都健康長寿医療センター他後援)のシンポジウムが東京(丸の内)で開催されました。当研究所からは、老年病理学研究チーム・神経病理の村山繁雄研究部長が老化研究に貢献する高齢者ブレインバンクの意義について講演を行いました。その他にも、細胞や動物モデルを使った基礎研究や、百寿者を対象とした疫学研究など幅広い内容で13演題の講演が行われました。全演者によるパネルディスカッションでは、今後の老化研究のあり方についての議論が活発に行われました。またポスター報告として、当研究所から6演題(重本和宏研究部長、三浦ゆり研究副部長、内田さえ研究員、池谷真澄研究員、板倉陽子研究員、佐々木紀彦研究員)の発表がありました。来年度より老化研究が国の重点プロジェクトの一つとして本格的に開始される予定で、そのキックオフとなる本シンポジウムには多くの老化研究者が集まりました。そのなかで各研究員が議論できたことは、今後の研究の進展に大きな礎となっていくことを期待させるものでした。



(写真左) 理科大樋上賀一教授と重本和宏研究部長  
 (写真中) ポスター前で議論する池谷真澄研究員  
 (写真右) 遠藤玉夫副所長と理研谷口直之グループディレクター

## 首都大学東京バイオコンファレンス2016

老化機構研究チーム 研究副部長 三浦 ゆり

11月18日(金)に「首都大学東京バイオコンファレンス2016」が開催され、例年通り、講演会とポスター発表が行われました。当研究所からは、老化機構研究チーム・分子機構の萬谷博研究副部長が「O-マンノース型糖鎖の生合成と先天性筋ジストロフィー症」と題して、筋ジストロフィー症の原因となる糖鎖構造や原因遺伝子産物の働きについて講演を行いました。その他にも招待講演が2演題、講演が4演題あり、招待講演では東京大学農学生命科学・江島垂樹先生の「嗅覚馴化と求愛意欲 ーライバルは無視してー」やソウル大学・Eun Seong Hwang先生の「Enhancement of mitochondria quality through NAD redox modulation」など幅広い分野の講演が行われました。またポスター発表では、当研究所老化機構研究チーム：生形亮介連携大学院生、老化制御研究チーム：滝沢晶子連携大学院生、老化脳神経科学研究チーム：内田さえ研究員、神経画像研究チーム：多胡哲郎研究員が発表しました。活発な議論が行われ、当研究所の研究活動をアピールしました。



# 老年学・老年医学公開講座 開催予定

## 第145回老年学・老年医学公開講座 「105歳まで生きるには」

- 1 『高齢者の心不全治療が変わった』 副院長 原田 和昌
- 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！』 歯科口腔外科部長 平野 浩彦
- 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

日 時：平成29年1月20日(金) 13:15から16:15まで  
場 所：板橋区立文化会館大ホール(定員1,200名)  
東京都板橋区大山東町51-1  
最寄り駅：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

## 研究所ホームページ「耳寄り研究情報」を更新しました！

**NEW** 『終末期の過ごし方 ～あなたは考えたことがありますか？準備していますか？』

福祉と生活ケア研究チーム 研究副部長 島田 千穂  
研究員 平山 亮

URL [http://www.tmghig.jp/J\\_TMIG/topics/index.html](http://www.tmghig.jp/J_TMIG/topics/index.html)

「耳寄り研究情報」で検索！！   クリック！

## 主なマスコミ報道

H28.8 ~ H28.11

### 副所長

遠藤 玉夫

- 「筋ジストロフィー発症のしくみ」(高エネ研・物質構造科学研究所「物構研 NEWS」2016年11月号)

### 副所長

新開 省二

- 「いつまでも元気にゴルフを続けるための食事上の注意」(パーゴルフ「パーゴルフ」H28.9.6、H28.9.13)
- 「野菜と魚ばかりの低栄養食が要介護を引き寄せる」(ハルメク「ハルメク」H28.9.10)
- 「健康維持に効果を発揮するスマイルケア食」(サンライフ企画「へるすさろん」H28.9.15)

### 老化制御研究チーム

研究部長 石神 昭人

- 「まだまだ足りてない！ビタミンとり方ガイド」(研友企画出版「すこやかファミリー」H28.10.15)

### 老年病態研究チーム

研究部長 重本 和宏

- 「認知症との関連性も一サルコペニアは高齢社会の重要課題」(文藝春秋「ヘルシスト」H28.9.10)

### 神経画像研究チーム

研究部長 石井 賢二

- 「CT・MRI 技術開発の最前線に迫る」(TBS ニュースバード「ニュースの視点」H28.10.25)

### 社会参加と地域保健研究チーム

研究部長 藤原 佳典

- 「古い・健康長寿 一生きがいで自立充実、地域貢献『支える側に』」(読売新聞社「読売新聞」H28.8.30)
- 「認知症予防にウォーキング」(読売新聞社「読売新聞」首都圏版および近畿圏版 H28.10.12)

- 「認知症を理解し、予防しよう」(読売新聞社「読売新聞 web版 ヨミドクター」H28.10.12、H28.10.21)

### 社会参加と地域保健研究チーム 専門副部長 青柳 幸利

- 「歩いて骨を強く！病気を防ぐ“中強度”ウォーキング」(中央公論社「婦人公論」H28.9.13)
- 「間違いだらけのウォーキング」(朝日新聞出版「週刊朝日」H28.10.11)

### 社会参加と地域保健研究チーム

研究員 谷口 優

- 「栄養状態と認知症との関係」(文藝春秋「週刊文春」H28.11.10)

### 自立促進と介護予防研究チーム

研究部長 栗田 圭一

- 「『認知症とともに暮らせる社会に向けた地域ケアモデル事業』について」(高島平新聞社「高島平新聞」H28.8.15、H28.9.15、H28.10.15)

### 自立促進と介護予防研究チーム

研究部長 金 憲経

- 「眼・歯・泌尿器の『三種の神器』を守り抜け」(日経BP社「日経おとなのOFF」H28.10.6)

### 自立促進と介護予防研究チーム

研究員 宇良 千秋

- 「稲作で認知症ケア」(新潟日報社「新潟日報」H28.9.7)

### 自立促進と介護予防研究チーム

研究員 杉山 美香

- 「認知症予防について」(FM サルース「あおバリュー Radio」H28.10.7)

### 福祉と生活ケア研究チーム

研究員 平山 亮

- 「不況や少子化 きょうだいも余裕なし」(毎日新聞社「毎日新聞」H28.9.5(西日本)、H28.9.11(東日本))

## 後編 編集 記事

新年おめでとうございます。昨年は、記事の校正作業を通じて内容が伝わりやすくなるよう努めてきたのですが、如何だったでしょうか。今後は、どんな内容の記事で紙面を構成するかについても、改善していければと思っています。読者の皆様からご意見を寄せいただければ幸いです。本年も研究所と研究所 NEWS を宜しくお願い申し上げます。(雪虫)



平成29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 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）編集委員会  
〒173-0015 板橋区栄町35-2 Tel. 03-3964-3241 FAX.03-3579-4776

印刷：コロニー印刷

ホームページアドレス：[http://www.tmghig.jp/J\\_TMIG/J\\_index.html](http://www.tmghig.jp/J_TMIG/J_index.html)

無断複写・転載を禁ずる