

Index

受賞 第107回日本学士院賞	1	所内研究討論会レポート	6
研究トピックス	2	海外レポート	7
表彰	3	職員の異動	7
友の会交流会レポート	3	老年学・老年医学公開講座開催予定	8
老年学最前線	4	主なマスコミ報道／編集後記	8
第5回日本比較病理学研究会開催のご報告	5		



友の会交流会 (P.3)



受賞 第107回日本学士院賞

3月13日、遠藤玉夫副所長が神戸大学戸田達史教授との共同研究「福山型筋ジストロフィーを含めた糖鎖合成異常症の系統的な解明と新しい糖鎖の発見」に対して、第107回日本学士院賞を受賞することが決定しました。

日本学士院は学術上功績顕著な科学者を優遇するための機関として、学術の発展に貢献した優れた論文等の研究業績に対して授賞を行っています。日本学士院賞は1911年に創設され、文化勲章やノーベル賞の受賞者を輩出しています。第107回となる平成29年度は、9件10名が受賞されました。

以下に遠藤副所長による受賞にあたってのご挨拶を掲載いたします。



副所長 遠藤 玉夫

私は平成6年東京都老人総合研究所に奉職以来、老化の背景には糖鎖に含まれる情報に変化があるのでは、というアイデアに基づき研究を行って参りました。その過程で期待通りの成果が得られた研究テーマ、得られなかった研究テーマなど様々でした。正直申し上げて期待通りではないことがほとんどでしたが、今回「糖鎖と筋ジス」の関係を世界で初めて明らかにし、私たちの体における糖鎖の新しい働きを明らかにすることができました。長い時間をかけ、多くの失敗を重ね、一步一步の地道な研究を緻密に重ねることでようやく辿りつくことができたと考えています。

糖鎖が今回の筋ジストロフィーばかりでなく、筋萎縮が関わるサルコペニア（加齢や疾患により筋肉量が減少することで、全身の筋力低下および身体機能の低下が起こること）の病態解明にもつながることを期待しています。

これまでの都民の皆様のご支援に感謝するとともに、今後糖鎖研究を一層推進することにより健康長寿の延伸に貢献できる様に努力する所存ですので、今後とも変わらぬご指導ご鞭撻のほど宜しくお願い申し上げます。

身近な人を巻き込んで、からだを一緒に動かそう

自立促進と介護予防研究チーム 研究員 大須賀 洋祐

「からだを動かすことは健康に良いということは頭で理解していても実際にはなかなか習慣化できない」これは多くの方に共通する悩みではないでしょうか。食事や睡眠は無意識に実行されるのに、どうして運動は意識しないと実行できないのでしょうか。この原因として、ヒトは本来“運動欲”を備えていないことが考えられます。可能であればからだを動かさずに楽をしたい、それが本能なのかもしれません（実際、家事や移動手段はどんどん自動化されていますね）。

とはいえ、要介護状態にすぐに移行しないために、運動を習慣化できるコツがあれば習得したいところです。ではどうすれば、好ましい運動習慣を習得できるのでしょうか。我々は、身近な人のサポート、特に“配偶者のサポート”に着目して運動の習慣化に関する研究を進めてきました。最近、海外の研究から“個人の健康状態は、その配偶者と関連する”という興味深い研究が発表され始めています。特に定年退職を迎えた高齢者では、配偶者と過ごす時間が長くなるため、行動を共有する機会が必然的に増加します。そこで我々は、「この事象を上手く利用して運動習慣を形成することで、個人の運動習慣化はさらに促進される」という仮説を立てました。

2014年、筑波大学において運動習慣を有しない高齢者127名を対象に、ウォーキングと筋力運動の習慣化を目的とした教室を週1回、8週間開催しました。単独で参加した方を単独群、配偶者と参加した方を夫婦群に割り当て、運動教室への参加によって“筋力運動を習慣化できた者”と“ウォーキングを習慣化できた者”、そして“教室皆勤者”の割合を両群で比較しました（図1）。その結果、夫婦群は単独群に比べて、ウォーキングを習慣化できた者や運動教室への皆勤者が多くなっていました。また、家族からの運動ソーシャルサポート（例えば、奨励や助言、呼びかけなど）は、夫婦群において、有意に増加していました。これらの結果は、夫婦間の互助関係が運動習慣の習得に上手く活用された可能性を示しています。さらに、教室終了後の追跡期間でも夫婦群のウォーキング実践者の割合は単独群と比較して有意に

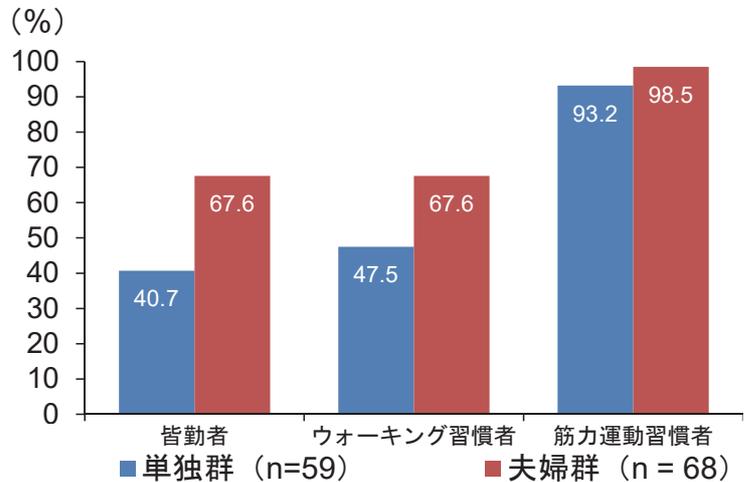


図1. 運動教室中の皆勤者とウォーキング・筋力運動習慣者の比較（参考文献1）の図を一部改変して作成

高いことを観察しています。このように、夫婦参加型運動教室は、運動の長期的な習慣化にも有効である可能性が示され始めています。

この研究では、運動を一種のコミュニケーション活動として位置づけ、夫婦関係（例えば、満足度や共同行動、会話の頻度）等が変化するかについても調べてみました。その結果、配偶者と運動教室に参加した場合、独りで参加した場合と比較して、運動だけでなく趣味を共同で実践する機会が増加することが分かりました。一方で、夫婦の関係満足度や会話の活性化には差がみられませんでした。我々は当初、運動習慣を配偶者と習得する過程には、介護予防に向けた互助の必要性や夫婦間の絆を再認識できる機会が内在しているため、夫婦間の満足度や会話の活性化につながると想定していました。このように仮説とは異なる結果が得られた背景には、配偶者によるポジティブな側面（励ましや助言）だけでなく、ネガティブな側面（過度な要求・批判・過保護等）も共存している可能性が考えられます。例えば、配偶者とのストレッチをあからさまに拒否したり、ウォーキング中にもっと早く歩くように要求したりする事例が観察されました。配偶者だからこそ、配慮に欠ける何気ない言動や態度が配偶者によるサポートのポジティブな側面を阻害する可能性があるのかもしれませんが、配偶者のサポートの煩わしさや拒絶反応が、夫婦の関係満足度の活性化を妨げてしまった可能性を否定できません。今後は運動の機会を

提供するだけでなく、夫婦間のコミュニケーションの改善と促進を狙った教育的な運動プログラムが必要であると我々は考えています。

参考文献：

- 1) 大須賀ほか，高齢夫婦向けの運動教室が運動アドヒアランスと体力に及ぼす効果，体力科学，2015；
- 2) 大須賀ほか，高齢期における配偶者との運動教室参加が夫婦の関係満足度に及ぼす影響，体育学研究，印刷中



第2回日本骨免疫学会 優秀演題賞受賞

「エクソソームを介してがんの免疫エスケープを引き起こす EBAG9の新しい作用メカニズムと骨における役割」

老化制御研究チーム 研究部長 井上 聡

日本骨免疫学会は、平成26年に創設された若くて活気のある学会です。私たちは、女性ホルモンに反応する遺伝子として EBAG9を1990年代に発見しました。そしてがん細胞が、ヒトに本来備わっているがんを体から排除させるための免疫機構から逃れるために、EBAG9を利用してそのことを明らかにしてきました。本会の発表では、そのがん免疫回避のための新しい分子メカニズムと、骨における役割を示すことによって、受賞に至っております。当研究グループでは、2つの異なる領域である骨・筋肉などの「運動器」と、「がん」について、ホルモン作用の視点を中心に研究しており、今後とも健康長寿に役立てられる研究を推進していきたいと考えております。



第16回日本抗加齢医学会総会 最優秀演題賞

「核内受容体 SXR/PXR および新規応答遺伝子 Fam20a を介するビタミンKの関節軟骨に対するアンチエイジング作用」

老化制御研究チーム 研究員 東 浩太郎

ビタミンKは、緑黄色野菜や納豆に多く含まれるビタミンであり、血が固まるために必要な因子として発見されました。近年の国内外の研究から、ビタミンKの摂取が少ない人は、年齢とともに関節軟骨がすり減って痛みの生じる変形性関節症にかかる危険性が高くなることが推測されています。私たちは、ビタミンKが体の中でSXR/PXRという分子に結合して働く新しい作用を発見し、その仕組みによって軟骨でFam20aという遺伝子を誘導することを見出し、第16回日本抗加齢医学会で報告しました。FAM20Aは、軟骨基質の主成分である2型コラーゲンの産生を誘導することが示唆されましたが、分子構造から何らかの細胞外基質のリン酸化作用も推測されました。この度、この発表が最優秀演題賞に選ばれたことは、とても励みになることであり、今後も高齢者の健康増進に役立つ研究を行っていききたいと思います。



友の会交流会レポート

高齢者健康増進事業支援室 研究員 河合 恒

2月17日（金）、友の会交流会において、私たちが豊島区とともに作成した体操をご紹介します。大淵修一研究部長の講演で、健康寿命を延ばすためには老年症候群予防などの「体の健康」に加え、地域に出かける場所や役割があるという、「心の健康」が重要との説明がありました。ご紹介した体操は、まさに健康寿命延伸のため、体を鍛えるだけでなく、体操を通じて地域づくりを進めようというねらいで作成されたもので、先生役は必要なく皆で輪になって行うものです。当日は、江尻愛美研究員の説明に続いて、全10種類の体操のうち5種類を体験していただきました。簡単な体操ですが、しっかりと抗重力筋に負荷をかける運動で構成されているので、筋肉に効いていることを実感していただけたと思います。気軽に集まって体操できる場が増えれば、交流が増え、体も鍛えられ、健康寿命のさらなる延伸につながることを期待されます。



経済と人口がつくる家族介護の姿

福祉と生活ケア研究チーム 研究員 平山 亮

日本の家族介護に起こった変化の一つとして、男性介護者の増加を挙げることに異議を唱える人は少ないでしょう。私の研究テーマはその男性介護者、なかでも、親を介護する男性（息子介護者）です。厚生労働省の『国民生活基礎調査』によれば、介護が必要な高齢者のなかで主に息子から介護を受けている人は、同居介護の場合で16%ほどです（図）。娘や義理の娘から介護を受けているのはそれぞれ19%、18%ほどですから、子ども世代の介護者のなかで息子は、娘や義理の娘と比べて少数派とはいえません。なお、これは同居介護の場合ですが、ここに別居介護の場合を加えても、割合が大きく変わることはないでしょう。内閣府の『平成28年版高齢社会白書』によれば、日本では同居介護がいまだに6割超を占めています。また、同居の介護者のなかで最も多いのは妻ですが、別居の介護者のなかで多いのは子ども世代でしょう。

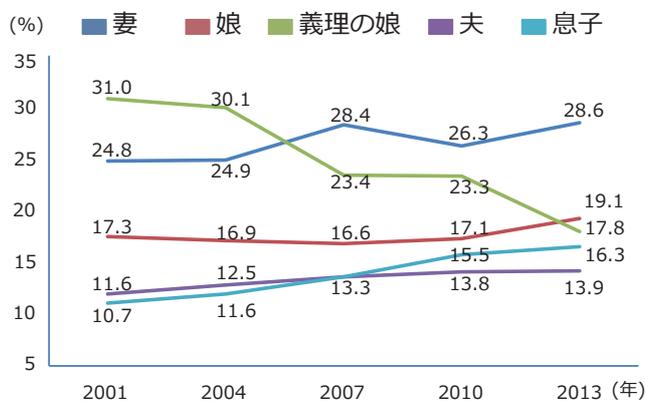


図 同居の家族介護者：各続柄の割合

息子介護は新しくない

私が「息子介護の研究をしています」というと、「息子介護が増えたのは、独身男性が増えたからですね?」と聞かれることがよくあります。日本では息子の妻が親を介護することが多かったため、独身の息子が増えれば、息子自身が親を介護せざるをえなくなるだろうと推測し、こういう質問をされるのでしょう。しかし、この推測、データに照らして正しいとはいえません。例えば、全国国民健康保険診療施設協議会が2012年に行った全国調査によると、親を介護する男性のなかで既婚者と独身者の割合は拮抗しています。冷静に考えてみれば、日本

の男性で生涯独身なのは2割程度ですから、息子介護者になるのが独身者ばかりだとしたら、息子介護者はここまで増えなかったでしょう。

私が専門とする家族社会学では、息子の妻が介護をするという慣例は近代から始まった、というのが定説です。驚かれるかもしれませんが、近代以前の日本では、息子介護が多かったことがわかっています。歴史学者の柳谷慶子さんによると、江戸時代の武家では、男性が自分の手で親を介護することは、公務に匹敵する大事な仕事でした。各藩には今でいう介護休業制度があり（看病断などと呼ばれていました）、高齢者への食事提供のしかたなど、男性向けの介護テキストが出回っていたことがわかっています。江戸時代は250年以上続いたわけですから、息子の妻の介護より、お侍さんによる息子介護の方が歴史的には古くて長いのです。「息子の妻が介護するのが日本の伝統だ」なんて豪語していると、ご先祖様に笑われます。

介護はどのようにして女性の仕事にされたのか

息子の妻による介護が増えたのは、通勤が必要な仕事が増えたためです。近代以前の仕事の多くは、職場と家庭が一体でした（例えば農業など）。しかし、近代以降は、自宅から離れた職場で仕事をする人が増えました。こうして職場と家庭が分離され、前者を男性、後者を女性の持ち場とする「性別分業」が確立したのです。高齢者の世話は、「性別分業」以後、家庭を持ち場とする女性の役割になりました。重要なことは、「性別分業」が確立するためには、国の経済が高い水準で安定していなければならないということです。「性別分業」のもとでは、家族の稼ぎ手は1人の男性に絞られるので、その男性が全員の生活を支えられるだけのお給料が得られなければ、家計はたちまち破綻するからです。事実、「性別分業」の家族が増えたのは、戦後の経済成長期でした。同時にそれは、息子の妻による介護が増えた時代でもありました。こうした介護のかたちは明治時代から見られましたが、それが顕著になったのは、衛生水準や栄養水準の向上で平均寿命が延びた戦後でした。

経済成長期に介護問題が出てこなかったわけ

「性別分業」の家族が増えた経済成長期の日本は、高齢化率では欧米に後れをとっていました。社会学者の落合恵美子さんが明らかにしているように、65歳以上の高齢者が人口の14%を超え、「高齢社会」と呼ばれる段階に入ったのは、欧米諸国が70年代、日本は90年代です。70年代以降、日本が欧米に経済力で勝っていたのは、そのためです。既に高齢化が始まっていた欧米諸国は福祉にお金をかけざるをえず、経済成長に力を入れることができなかつたのです。80年代まで続く日本の経済的優位を支えたのは高齢化率の低さであり、日本人の精神性（「日本人は勤勉だから」）などではありません。つまり、戦後の経済成長期は、「性別分業」の家族が増えるとともに、高齢者の数がおさえられていました。各家庭、たった一人の女性（例えば長男の妻）に介護が集中するという過酷な状況で、それでも現在ほどには介護が問題にならなかつた一つの理由は、当時の高齢化率の低さにありました。

介護が社会問題になりにくかつた理由はもう一つ、子どもの数が多かつたからです。成人後まで生きられる子どもが増えたのは、戦後からです。「少子化」という単語のイメージ（＝「子どものいない人が増えた」）のせいで誤解されがちですが、子どものいない夫婦の割合は、戦後よりも戦前の方が多かつたことが人口学の研究からわかっています。もちろん、戦前は子だくさんの夫婦も多かつたのですが、その子どもたちが成人まで生きられる確率は低いままでした。どの夫婦にも子どもが複数いて、どの子どもも成人まで生きられるのがふつうになつたのは戦後です。

子ども世代の人数が多ければ、介護を一手に引き受け

させられるのは、長男の妻のようなごく一部の人のに限られます。逆に言えば、子どもの多くは親の介護にあてることがありませんでした。介護負担の問題が鳴りをひそめていたのは、そんな背景があつたからです。

思い込みで家族介護を語らない

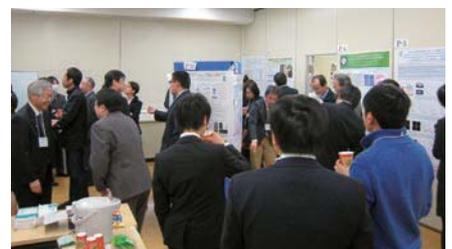
息子の妻による介護は、戦後の人口・経済状況のもとでしか成り立ちえません。逆に言えば、状況が変われば、そういう介護のあり方は破綻します。強調しておきたいのは、これまで「ふつう」だつた息子の妻による介護は、「家族はこうあるべきだ」といった、私たちが暗黙のうちに従っている文化のルールだけで成り立っていたわけではない、ということです。息子の妻による介護は、日本のイ工制度のもとで行われてきた、という説明を耳にしたことがある人は多いでしょう。しかし、今回ご紹介したように、「ふつう」の介護を支えてきたのは、国の人口や経済の状況といった「土台」でした。イ工制度のような文化のルールが、家族介護の「ふつう」を成り立たせる要因の一つであることは否めませんが、人口や経済といった「土台」なしに（つまり、人々が従うルールだけで）介護のあり方が決まることはないのです。

家族は身近な存在だけに、個人の思い込みをもとにした説明がまことしやかに広がってしまうことがあります。それは介護についても同様です。しかし、介護をめぐる家族が今どのような状況に置かれ、それは何に由来しているのかを知るには、確かなデータにもとづく社会分析が必要です。そうした分析こそが、現実に即した介護問題への対策を考える手がかりになります。私たち社会学者が、人口や経済といった家族介護の「土台」に着目する理由は、そこにあります。

第5回日本比較病理学研究会開催のご報告

老年病理学研究チーム 研究部長 石渡 俊行

2月18日（土）に本センターの多目的室において「第5回日本比較病理学研究会」を主催させて頂きました。この研究会は、診断や治療が困難な疾患について、専門の垣根を越えた意見交換や研究協力を目指して、日本医科大学と日本獣医生命科学大学が中心となって始めた会です。今年は、「英知の結集による更なる飛躍を目指して」をテーマに、人体や動物の組織病理、分子病理を中心に生理学、外科学、運動器医学など様々な分野の演題が集まり、活発な意見交換がなされました。この研究会によって知識や技術のみならず研究者間の人的な交流が可能になることで、がん、認知症、心血管疾患など高齢者に多い疾患の診断や治療に貢献できることを期待しています。



所内研究討論会レポート

12月5日(月)に第16回、1月16日(月)に第17回の所内研究討論会が開催されました。いずれも約40名の参加があり、活発な質疑応答が行われました。発表者より、当日の発表内容をご紹介します。



第16回

世話人：老年病態研究チーム 研究員 森 秀一
福祉と生活ケア研究チーム 研究員 菊地 和則

「骨格筋から老化を探る」

発表者：老年病態研究チーム 研究員 本橋 紀夫

骨格筋の筋線維タイプ及び代謝機能の変換を誘導する新規因子について紹介し、それがどのように加齢性筋萎縮に関わるか、さらにはどのように筋萎縮治療に繋がるかについて報告しました。自然科学系・社会科学系の多くの方々へ骨格筋研究に対して興味を持って頂き、活発に議論して頂いた事を大変感謝しております。

「虚弱な高齢者の精神的健康の維持に果たす老年的超越の役割」

発表者：福祉と生活ケア研究チーム 研究員 増井 幸恵

高齢期に発達し、精神的健康の維持に関連すると言われている老年的超越（つながりの意識や利他性の増大などの意識の変化）が、身体機能の低下と関連して生じる精神的健康の低下を食い止めるのか、というテーマで発表を行いました。フロアからは老年的超越が高いことは長寿関連要因となりうるかなど発展的な論議が活発に行われ、貴重な勉強の場となりました。

第17回

世話人：老化制御研究チーム 研究員 池谷 真澄
社会参加と地域保健研究チーム 研究員 谷口 優

「ビタミンKの加齢性運動器疾患における病態メカニズム解明とその予防・治療への応用」

発表者：老化制御研究チーム 研究員 東 浩太郎

ビタミンKの骨軟骨代謝に対する役割について、これまで行ってきた研究内容を発表する機会を頂きました。発表では、ビタミンKの作用を媒介する核内受容体SXRが、骨軟骨代謝を制御すること、及び骨芽細胞でのγカルボキシ化を介するビタミンK作用が必ずしも骨保護に寄与していないという研究結果を発表させていただきました。作用発表制限時間ぎりぎりまで、背景や研究デザイン、データの解釈などに関する質問が絶えず、自分の研究を他の視点から見直すことができたと同時に、多くの方に興味を持っていただけたことに対して嬉しく思いました。この討論会は社会科学系の研究者も含め、サイエンスの楽しさを共有できる場となっており、世話人の先生方と参加された皆様に改めて感謝いたします。

「地域ぐるみでフレイルを先送りする大都市モデルを創る！！：大田区元気シニアプロジェクト」

発表者：社会参加と地域保健研究チーム 研究員 清野 諭

我々の研究チームではこれまでに、1) 高齢後期に生じやすいフレイルの先送りが健康余命の延伸につながることに、2) 基礎体力を維持する運動、たんぱく質をはじめとした十分な栄養の補給、社会との関わりを持ち続けること、がフレイルの先送りにつながることを明らかにしてきました。しかし、「何をすればよいか」を理解すれば、住民の実践に即つながるわけではなく、このエビデンス（知識）とプラクティス（実践）のギャップをどのように埋めていくかが大きな課題となっています。そこで、本発表では、大田区と我々が2016年度から共同で開始した「大田区元気シニア・プロジェクト」についてご報告しました。本プロジェクトは、地域ぐるみで運動・栄養・社会参加に関する取り組みを推進し、フレイルの先送りと健康余命の延伸を目指すものです。現在、ちょうど1年が経過するところですが、いただいたご質問やご意見も参考にしながら、フレイル予防の良いモデルを創り上げたいと思います。

海外レポート 米国ケースウェスタンリザーブ大学での共同研究を終えて

老化脳神経科学研究チーム 研究員 渡辺 信博

当研究室では国際共同研究に参画し、自律神経を電気刺激することで代謝を調節する新しい治療法の開発に取り組んできました。これまでの研究成果を実用化に近づけるため、昨年10月より6週間、米国オハイオ州・クリーブランド市にあるケースウェスタンリザーブ（Case Western Reserve）大学に招待いただき共同研究を実施しましたので、現地の様子を紹介したいと思います。

クリーブランド市は、五大湖のひとつであるエリー湖を北に臨む静かな街です。同市には、米国五大オーケストラであるクリーブランド管弦楽団や世界中から医師が集まるクリーブランド病院などがあります。

今回共同研究を行うために訪れたのは、Stephen Lewis 教授の研究室です。Lewis 教授の研究室は、豪州出身の Lewis 教授を筆頭に、台湾、米国、エチオピアなど様々な文化的背景を持った研究者のグループでした。オープンな雰囲気の研究室ということもあり、日々議論を交わしながら研究を進めることができました。短期間ではありましたが、自律神経への電気刺激が重篤な副反応を生じないことが分かり、次のステップにつなげることができました。

日々の研究活動に加えて、動物実験に関する講座や実地講習、薬品の取り扱い方などの教育を受ける機会も頂きました。安全に効果的に研究を行うための仕組みが整備されていることに感心しました。また休日には、近隣の美術館や植物園を訪れたり、Lewis 教授や若手研究者宅に食事にお招き頂いたりして、異文化を学ぶこともできました。

最後になりますが、滞在中大変にお世話になった Lewis 教授・奥様、スタッフの皆様、共同研究の機会を与えて下さり、快く送り出して下さった堀田先生・内田先生・研究室の皆様へ深く感謝いたします。



Lewis教授ご夫妻と研究室メンバーとともに
(前列中央が著者)

職員の異動

新規採用

平成29年1月1日付

老化機構研究チーム	研究員	今江 理恵子
老年病態研究チーム	専門副部長	上住 聡 芳
老年病態研究チーム	研究員	上住 円

平成29年4月1日付

老化制御研究チーム	技術員	石井 智子
社会参加と地域保健研究チーム	研究員	桜井 良太
自立促進と介護予防研究チーム	研究員	岡村 毅
自立促進と介護予防研究チーム	研究員	本川 佳子
介護予防推進支援センター	研究員	江尻 愛美
介護予防推進支援センター	研究員	伊藤 久美子
介護予防推進支援センター	研究員	白部 麻樹
介護予防推進支援センター	研究員	中村 睦美



老年学・老年医学公開講座 開催予定

第146回老年学・老年医学公開講座 「認知症、でも大丈夫」

- 1 『脳卒中の予防で、認知症も予防』
脳卒中科部長 金丸 和富
- 2 『認知症を治す薬はできるのか?』
神経画像研究チーム研究部長 石井 賢二
- 3 『認知症になっても、幸せに暮らす』
自立促進と介護予防研究チーム研究部長 栗田 圭一
- 日 時:平成29年6月2日(金) 13:15から16:15まで
場 所:練馬文化センター大ホール(こぶしホール)
(定員1,400名)
東京都練馬区練馬1-17-37
最寄り駅:西武池袋線・西武有楽町線・都営地下鉄大江戸線
練馬駅 北口徒歩1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** 『認知症と共に暮らせる社会をつくる』 自立促進と介護予防研究チーム 研究部長 栗田 圭一
URL http://www.tmghig.jp/J_TMIG/topics/index.html
「耳寄り研究情報」で検索!! クリック!

公式Twitterを開設しました!

平成29年4月から東京都健康長寿医療センター公式Twitter (@tmghig) の運用を開始しました。イベント情報、プレスリリース情報、メディア出演情報などをツイートします。ぜひご覧ください。
URL <https://twitter.com/tmghig>

主なマスコミ報道

H29.1 ~ H29.4

副所長 遠藤 玉夫

- 「福山型筋ジストロフィーに関係する研究内容について」
(「生きる!ふくやまっこ」HP H29.2.23)

副所長 新開 省二

- 「健康長寿のための新「食」の常識」
(スマイル広告事業協同組合「熟年ばんざい」2017年1・2月号)
- 「東京都健康長寿医療センターについて」
(東京都交友会事務局「東京都交友会会報」H29.1.15)
- 「スマイルケア食について」
(サンライフ企画「へるすさろん」H29.1.15)
- 「高齢者こそしっかり栄養」
(日本経済新聞社「日経新聞」H29.2.1)

老化制御研究チーム 研究部長 石神 昭人

- 「カロリー制限、やっぱり長寿に効果 論争に終止符か」
(朝日新聞社「朝日新聞」H29.1.18)
- 「ビタミンC不足と老化」
(朝日新聞出版「ハレやか」H29.2.25)

老年病態研究チーム 研究部長 重本 和宏

- 「運動と栄養で筋肉づくり サルコペニアに要注意」
(小林製薬情報誌「すこぶる」H29.4.1)

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」H29.2.15)

自立促進と介護予防研究チーム 研究部長 金 憲経

- 「よい姿勢と正しい歩行が健康寿命を延ばす」
(婦人之友社「明日の友」H29.2.5)

自立促進と介護予防研究チーム 研究員 小島 成実

- 「脚筋力低下予防のための生活習慣」
(全国老人クラブ連合会「全老連」H29.2.10)

自立促進と介護予防研究チーム 研究員 枝広 あや子

- 「認知症の人が最後までおいしく食べるために」
(富良野市企画振興課「広報ひらの」H29.2.1)

社会参加と地域保健研究チーム 研究部長 藤原 佳典

- 「高齢者の就労と健康を考える研究会」
(読売新聞社「読売新聞 web版 ヨミドクター」H29.1.24)
- 「今、シニアの社会参加が注目されている」
(宝島社「e-MOOK「楽しいねんきん暮らし」」H29.2.15)

福祉と生活ケア研究チーム 研究副部長 島田 千穂

- 「終末期の過ごし方」
(全国老人クラブ連合会「全老連」H29.3.10)

福祉と生活ケア研究チーム 研究員 平山 亮

- 「終末期の過ごし方」
(全国老人クラブ連合会「全老連」H29.3.10)

編集後記

一面でご紹介しました遠藤先生の学士院賞受賞という嬉しいニュースが届いた中で迎えた、新年度。世界を見渡せば嫌なニュースが多く、それを桜も敏感に感じ取ったかのように開花・満開も遅めとなりました。人は自然を前にしてはごくごく小さな存在です。誰もが不安を抱くような状況下では、非力である人間を客観的に見る冷静な判断が何よりも大切であり、そこに科学者・研究者として果たすべき役割があるのではないかとの思いが湧き上がってきます。研究所NEWSを読んで、皆様がほんのわずかでもホッとした時間を感じ取れたのなら、嬉しい限りです。(愛の葉)



平成29年5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

無断複写・転載を禁ずる