

第176回老年学・老年医学公開講座

人生100年時代を 健やかに

～今からできる抗老化療法～

申込不要

入場無料

定員 1,200人

令和8年1月30日(金)

13:00～16:00
(開場: 12:30)

会場

板橋区立文化会館
大ホール

☎ 手話通訳あり

講演 1

13:15～13:40

栄養だけじゃない！たんぱく質の新常識

～ あなたの健康年齢とからだのサインを読み解く ～

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 研究部長 三浦 ゆり

講演 2

13:40～14:05

高用量インフルエンザワクチンとフレイル予防

～ 炎症が老化を促進する ～

東京都健康長寿医療センター 副院長 原田 和昌

講演 3

14:20～14:45

带状疱疹を防ぐワクチン –もしかして認知症予防にも–

東京都健康長寿医療センター 感染症内科 専門部長 小金丸 博

講演 4

14:45～15:10

老化細胞除去による抗老化治療の開発と 社会実装に向けた取り組み

順天堂大学医学部内科学教室循環器内科学講座 特任助教 勝海 悟郎

質疑応答

15:30～16:00

司会 東京都健康長寿医療センター 副院長 原田 和昌

主催 地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター

共催 東京都板橋区



地方独立行政法人

東京都健康長寿医療センター

総務係広報担当

03-3964-1141 (内線 1240)

ホームページ <https://www.tmg Hig.jp/>

定員に達した場合はご入場いただくことができませんので、ご了承ください。

詳細はこちら



第176回老年学・老年医学公開講座

人生100年時代を健やかに～今からできる抗老化療法～

東京都老人総合研究所（現東京都健康長寿医療センター）に在籍していた坂口志文先生がノーベル生理学・医学賞を受賞されました。その偉大な研究はがん治療の未来を変え、人生100年時代の到来を早めるかもしれません。しかし、「人生100年時代」は皆に幸せをもたらすのでしょうか？そのためには、現在生きているみなさんの健康寿命を延ばすことが急務です。今回は「今からできる抗老化療法」として、たんぱく質を調べることによってわかる健康状態や病気のメカニズム、高用量インフルエンザワクチンとフレイル予防、带状疱疹ワクチンと認知症予防、老化細胞除去による抗老化治療について4人の専門家からお話します。今からでも遅くありません。幸せな人生100年と健康長寿を目指しましょう。

司会 東京都健康長寿医療センター 副院長 原田 和昌



講演 1

栄養だけじゃない！たんぱく質の新常識

～ あなたの健康年齢とからだのサインを読み解く ～



たんぱく質は、健康なからだを作るために欠かせない栄養素ですが、それだけではなく、私たちの健康のバロメーターにもなっています。本講演では、たんぱく質を調べることによってわかる健康状態や病気のメカニズムなどについてご紹介します。

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 研究部長 三浦 ゆり



講演 2

高用量インフルエンザワクチンとフレイル予防

～ 炎症が老化を促進する ～

インフルエンザは高齢者で重症例や合併症が多いのですが、加齢でワクチンに対する免疫応答は低下します。新しい高用量インフルエンザワクチンは重症化や合併症の軽減に加え、フレイルを予防することで健康寿命の延伸が期待できるかもしれません。

東京都健康長寿医療センター 副院長 原田 和昌



講演 3

带状疱疹を防ぐワクチン～もしかして認知症予防にも～

带状疱疹ワクチンは、病気の発症を予防するほか、带状疱疹後神経痛の予防にも有効です。近年、認知症予防への可能性も注目されており、健康長寿の実現に役立つことが期待されています。

東京都健康長寿医療センター 感染症内科 専門部長 小金丸 博



講演 4

老化細胞除去による抗老化治療の開発と社会実装に向けた取り組み



「老化した細胞」が体内に蓄積することが体の老化現象や加齢に伴う疾患の発症の原因の一つとして知られ、この「老化した細胞」を取り除くことで体の老化を抑制することができることが明らかにされています。当科では様々なアプローチで老化細胞除去治療法の開発を進めており、最近の成果や社会実装に向けた取り組みについて本講演でご紹介します。

順天堂大学医学部内科学教室循環器内科学講座 特任助教 勝海 悟郎



会場

板橋区立文化会館 大ホール
東京都板橋区大山東町51-1

最寄駅

東武東上線 大山駅 北口・南口徒歩3分
都営三田線 板橋区役所前駅 A3出口徒歩7分

～寄り添う医療、拓く研究～

地方独立行政法人



東京都健康長寿医療センター
Tokyo Metropolitan Institute for Geriatrics and Gerontology

総務係広報担当

03-3964-1141（内線1240）

ホームページ <https://www.tmg Hig.jp/>

定員に達した場合はご入場いただくことができませんので、ご了承ください。

詳細はこちら



リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。