

「人生100年時代の生涯学」

人生100年時代を迎えました。イギリスの組織論学者であるリンダ・グラットン氏が、その著書「Life Shift-100年時代の人生戦略」の中で100年時代という言葉を初めて紹介し、長くなった人生の中では金銭的資産だけでなく、無形の資産の蓄積が大切であることを述べています。中でも、健康は最も重要な蓄えておくべき資産のひとつであり、100年時代の活力の源としています。

現代の健康の考えはWHOの定義を尊重しつつ、「病気や障害があっても、社会からの支援や医療を上手に受け、主体性を保ちながら自己管理ができる状態」ということができますが、100年時代の健康に大切なことは治療より予防に重点を置き、特に加齢に伴う疾患の発症予防が大きなテーマの一つです。国際的に信頼されているランセット委員会の報告やニール・バルジライ先生の著書「老化は治療できる」などによると加齢によって発症する認知症もフレイルも生活習慣や環境を整えれば、かなりの確率で防ぐことができると述べられています。

これらの予防の方法については、ほかにも種々の報告がありますが、今回は口腔内ケアと消化管ケアと薬物に着目しました。多くの研究では、これまでに口腔内ケアによって口腔局所免疫の恒常性が維持され、慢性炎症の発症が制御され、加齢に伴う免疫老化や老化に関連する認知症やフレイルの発症を抑えることができる事が報告されています。さらに、消化管についても生活習慣や環境を整えて消化管のケアをすることで、消化管免疫が活性化され、加齢に伴う免疫低下（Tregの低下や慢性炎症の発生など）が防がれ、抗老化遺伝子を介して、加齢に関連する疾患の発症が抑制されることが報告されています。

また、これらの予防には生活習慣や環境の整備だけでなく、薬物治療の面からの努力も行われています。我々が抗アレルギー薬として開発した薬（トラニラスト、スプラタスト）を含め、抗糖尿病薬など種々の薬が、認知症やフレイルの発症予防に役立つことが考えられますので、これらについても触れたいと思います。

このように本発表では、人生100年時代には「お口とお腹のケア」が大切なことをお話ししたいと思います。

【講師略歴】

永井 博式（ながい ひろいち） 岐阜保健大学 顧問・教授

1966年 岐阜薬科大学製造薬学科卒業

1968年 岐阜薬科大学大学院修了後、同大学薬理学教室の助手となる

1972年 九州大学薬学博士。論文の題は「Flavonoidsの抗アレルギー作用についての薬理学的研究」

1975年 カナダ・マニトバ大学医学部免疫学教室留学

1993年 岐阜薬科大学の教授に就任

2003年 同大学の第9代学長に就任

2003年 日本アレルギー学会長に就任

2006年 和漢医薬学会長に就任

2010年 岐阜保健短期大学の第2代学長に就任

2016年 岐阜保健短期大学（2019年4月より岐阜保健大学）の顧問兼教授に就任

2019年 春の叙勲で瑞宝中綬章を受章