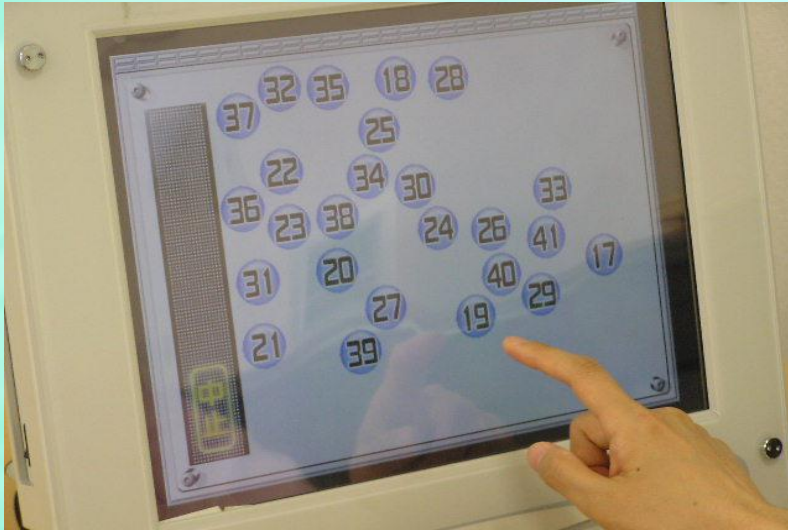


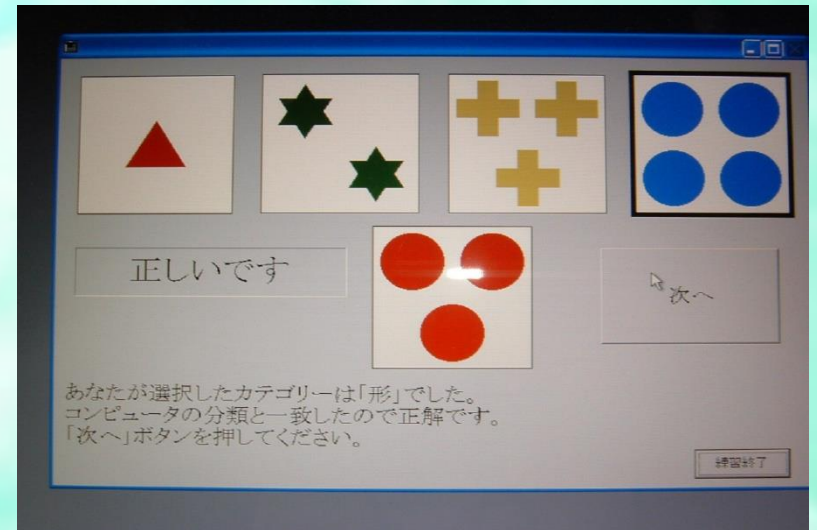
# 10歳若返るためには？

内閣府 規制改革推進会議委員  
内閣官房 健康・医療戦略推進本部 戦略参  
与  
大阪府・大阪市 特別参与  
社団法人日本抗加齢医学会副理事長  
NPO法人日本抗加齢協会副理事長  
大阪大学大学院医学系研究科  
森下竜一

# アンチエイジング関連検査



高次脳機能検査 (ATMT)



高次脳機能検査 (WCST)



酸化ストレス・抗酸化力測定 (FREE)



血液流動性測定 (MCFAN)

# アンチエイジング関連検査



血圧脈波検査



体成分測定



骨密度検査



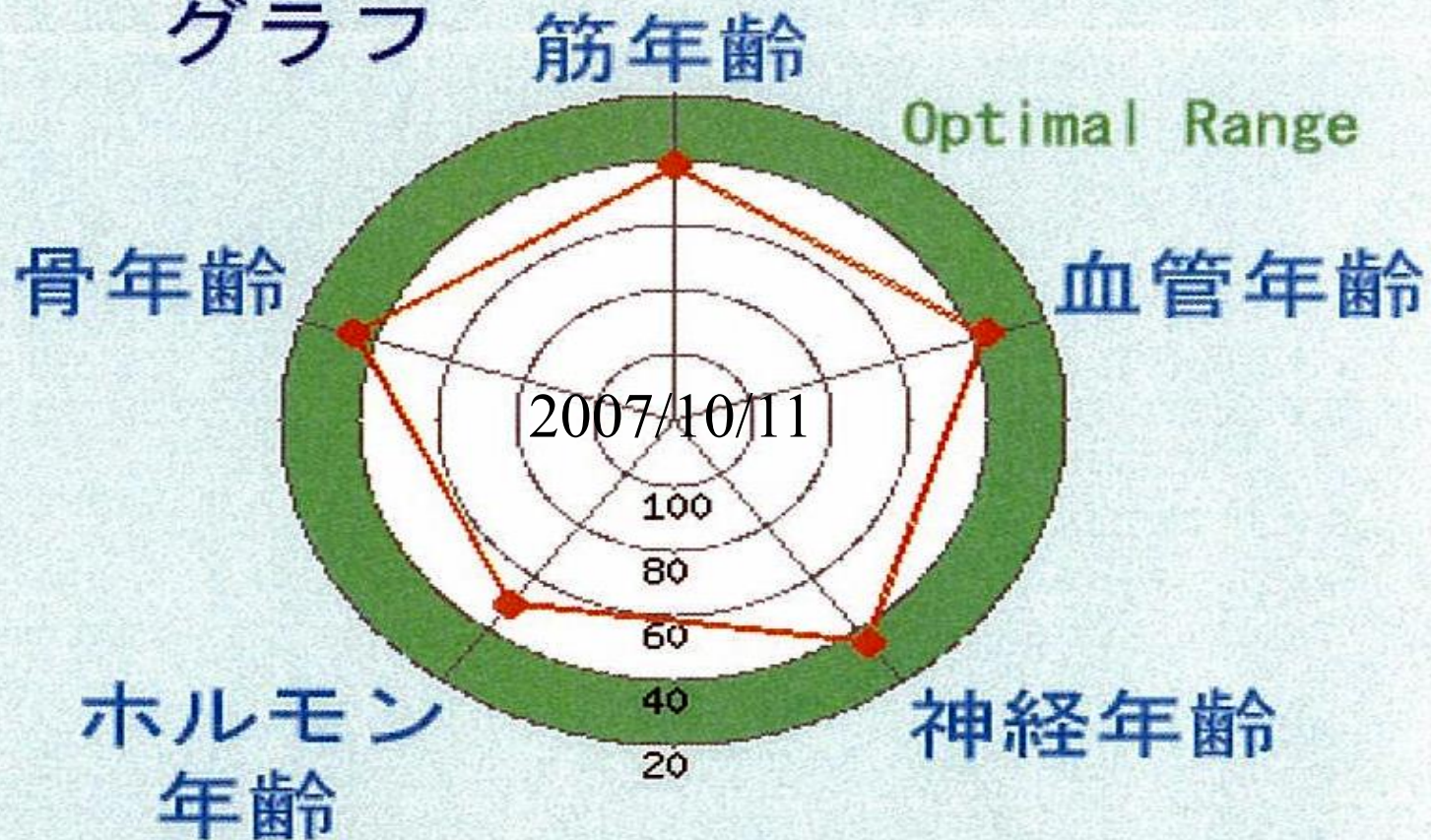
毛髪ミネラル検査



# アンチ・エイジングによる改善 (M氏の例)

2007/10/11

## 老化度判定 グラフ



結果	筋年齢 52歳	<b>42歳</b>	骨年齢 37歳	<b>34歳</b>	ホルモン年齢 56歳	<b>49歳</b>
	神経年齢 35歳	<b>34歳</b>	血管年齢 42歳	<b>36歳</b>		

# 筋年齢の改善

## M氏の運動？





# アンチエイジングin Osaka:12000人が来場



## 株式会社ファンケル

肌弾力測定、簡単な疲れ目チェックができる体験コーナー



## 株式会社わかさ生活

次世代「脳トレ」体験！脳活動データを”色”で表現！  
簡単に自分の脳の活動状態を確認できます



## 森下仁丹株式会社

糖化測定や体組成などがわかる健康チェックコーナー！



## ● 『オープニング セレモニー』

### 【登壇者】

- ・ 加藤勝信一億総活躍担当大臣)
- ・ 川口康裕消費者庁 次長
- ・ 西郷 正道農林水産省局長
- ・ RIKACO さん
- ・ 石田純一 さん
- ・ 森下竜一



## ● ステージイベント

『石田純一×東尾理子 トークショー』

『RIKACOアンチエイジングの秘訣ットークショー』

ファッションショー

イベントアンバサダー



実施概要 / 来場者数報告

今年は、後援に厚生労働省も加わり、  
加藤厚生労働大臣がオープニングスピーチ

日程：2016年9月22日（木）～25日（日）計4日間

2017年

9月21日（木）	12,103名	（昨年比+ 3,473名）
9月22日（金）	13,413名	（昨年比+ 6,164名）
9月23日（土）	17,176名	（昨年比+ 3,798名）
9月24日（日）	22,766名	（昨年比+ 39名）
計65,458名		（昨年比+13,474名）

【来場者数】



9月24日（土） 15,576人  
9月25日（日） 22,727人

雨天  
雨天  
雨天  
晴れ

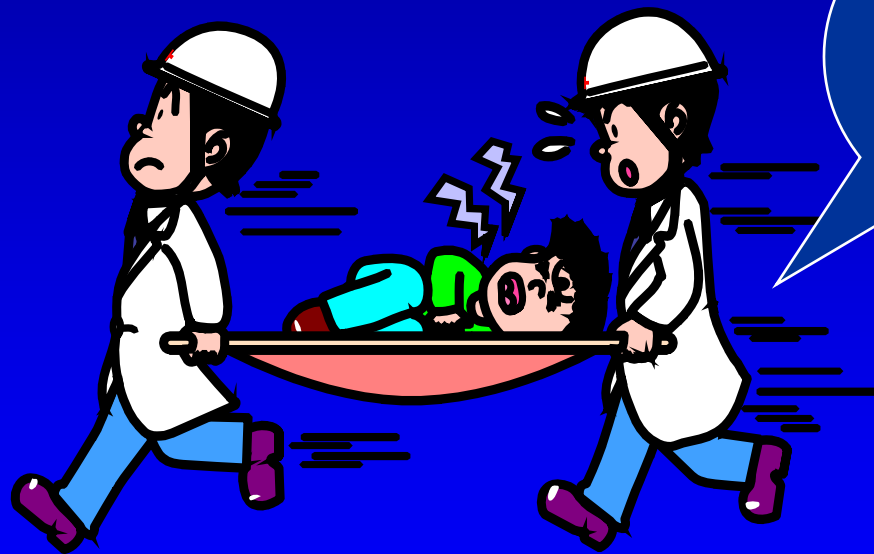
**総来場者数：51,984人**



# 公的な場所の禁煙条例 (Smoking Ban) によって、即座に心筋梗塞・脳卒中の救急患者が激減した

フランスでは心筋梗塞が15%低下(仏国衛生研究所)

ローマでも心筋梗塞が11.2%低下(Circulation 2008)



喫煙率は低下していないので、この現象は受動喫煙の低下によるものである

# 禁煙による医療費抑制



禁煙年数10年以上の者は、禁煙年数5年未満の者と比較すると、医療費81,800円の差が生じる。 ※1

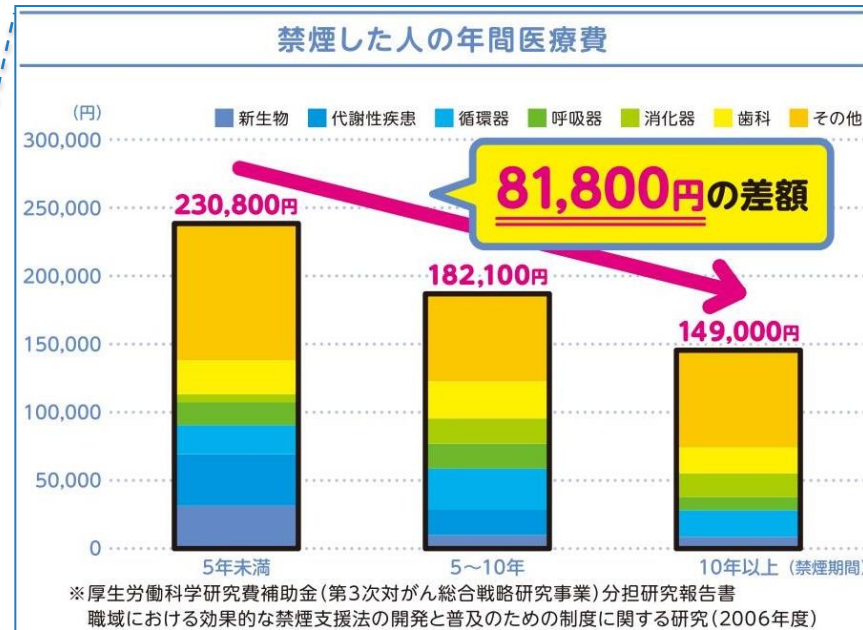
**健康保険**  
わしらにも **できることがあるのだ!!**  
ACTION

**禁煙するのだ!**

禁煙することでタバコだけでなく、医療費が節減されることがわかっています。お財布にもカラダにも優しい禁煙を実現しましょう。  
禁煙外来の健康保険適用が拡大しています。自分でなかなかやめられないという方は、ぜひ活用してください。

WEBで他の「できることアクション」をCHECK!  
www.ashiken-p.jp

健康保険、みらいのために、今、変えよう。  
おしあひの健保プロジェクト 健康保険組合連合会



※1 : 厚生労働科学研究費補助金：職域における効果的な禁煙支援法の開発と普及のための制度に関する研究(2006年度)

脳梗塞の大きな危険因子 (1.8倍)

禁煙で1年以内に50%

5年で非喫煙者と同じレベルまでリスクが回



# 遠隔診療規制改革が閣議決定：2017年6月9日

## ③ IT時代の遠隔診療

### ア 遠隔診療の取扱いの明確化

【平成29年度上期

情報通信機器を用いた診療（いわゆる「遠隔診療」）についての厚生労働省医政局長事務連絡にて、医師の判断で実施可能だが、各地方厚生局・保健所によりいまだ適切な法解釈がなされ

る。したがって、遠隔診療について、以下の事項を含め、取扱いめ、新たな通知の発出を行う。

- ・ 「離島・へき地」以外でも可能であること。
- ・ 初診時も可能であること。
- ・ 医師の判断で実施可能な具体的な症例として、全て遠隔1回の診療で完結する疾病が想定されること。
- ・ 医師の判断で活用可能なツールとして、SNSや画像と合せが想定されること。

### イ 遠隔診療の診療報酬上の評価の拡充

【平成29年度検討・結論、

遠隔診療について、診療報酬上十分に評価されておらず、普ると考えられる。

したがって、対面診療と遠隔診療を単に比較するのではなく、的な医療の提供を可能とする観点から、糖尿病等の生活習慣病の指導・管理、血糖等の遠隔モニタリングを活用するなど、組み合わせることで継続的な経過観察が可能になり重症化を防止し、診療報酬上より適切な評価がなされるよう、遠隔診療の診療方法について、平成30年度診療報酬改定に向けて対応を検討し

厚生労働省は、禁煙外来で医師の直接面談が必要ない「完全遠隔診療」を近く認める方針を固めた。企業の健康保険組合など信頼できる実施主体が情報通信技術（ICT）を使う場合に限定する見通しで、9月までに通知を出す。遠隔禁煙外来を導入する企業が増えれば、たばこをやめたい人が通院や順番待ちで時間を浪費することがなくなり、国民の健康増進につながると期待される。

医師法が「自ら診察しない」禁煙外来の対象は従来、対面で在宅治療に移行した人らで治療をしてはならぬと定められているため、遠隔診療が物理的に困難な離島・へき地の人、がんや難病らの拡大の要望もあり、厚

労省は2015年の通達で、遠隔診療を離島・へき地の患者に限らず、病気の種類も限定しないことを明確化。ただし、一度は対面で診療するよう定めていた。

今回、通信技術の進展や健康志向の高まりを受け、対面診療のない完全遠隔禁煙外来を認めることになった。患者の安全確保のため禁煙外来以外の遠隔診療では医師が必ず一度は対面で診察する原則を堅持する。禁煙外来は、12週間で最大5回の来院に健康保険が適用されるが、多忙な人通院継続が難しく、厚労省の調査で64%の患者が途中で脱落していた。これに医師がスマホやパソコンを使って患者を診察する遠隔診療は、時間短縮やスト削減が可能で、処方された禁煙薬は自宅や職場に送られる。継続が容易と

完全遠隔禁煙外来のイメージ

医療機関  
医師  
看護師など  
処方  
禁煙薬を配送  
メールや電話で支援

診察  
オンライン  
処方  
禁煙薬を配送  
メールや電話で支援

NEWSLINE (11)

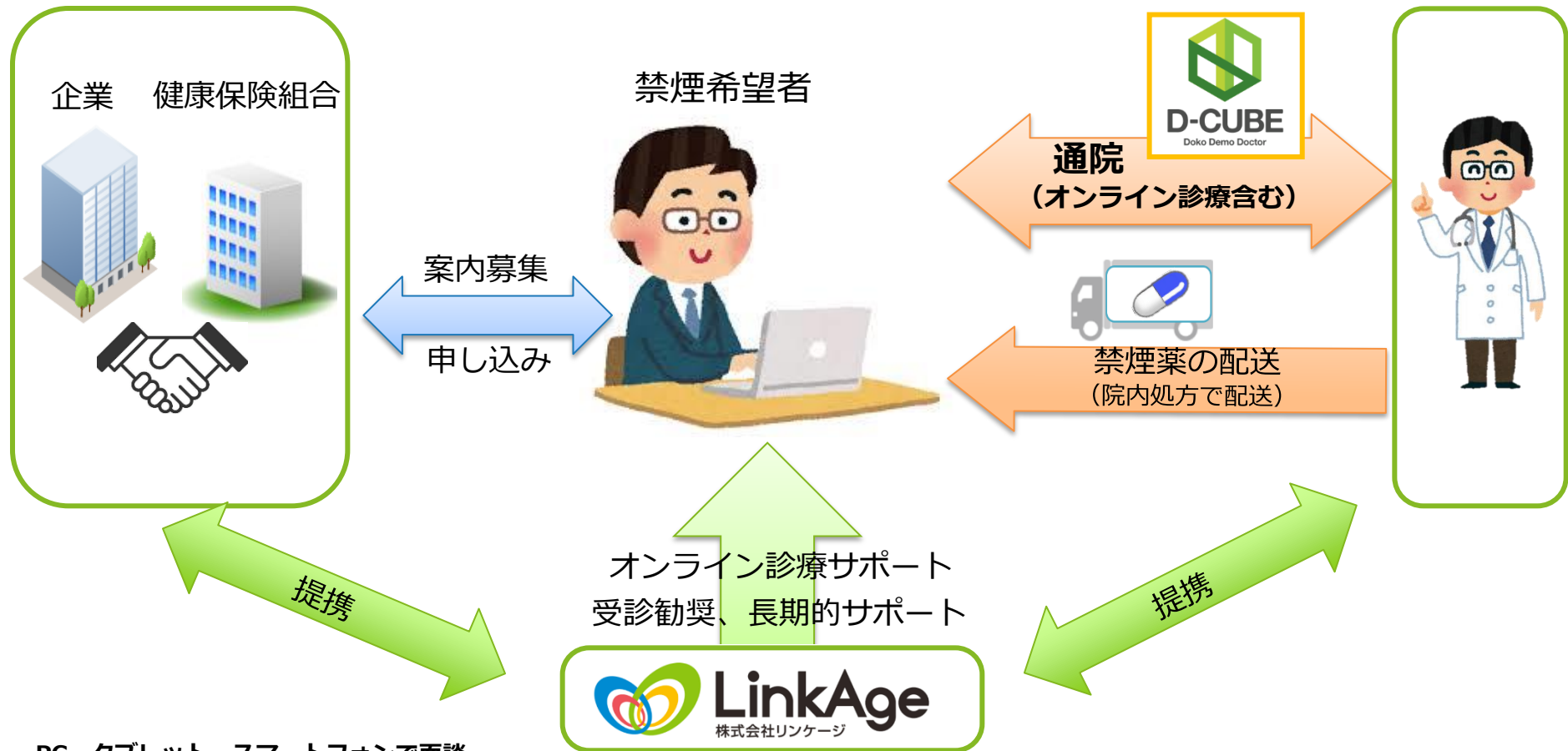
東京五輪 集え若者よ 30

2020年東京五輪の競技会場で若者向けに開かれた「アーバンクラスター」構想が模索されている。

岩国基地 進む肥大化 3

米軍岩国基地(山口県)への空母艦載機移転で、30日に地元同意が出せそう。基地強化を進める政府の思惑は、

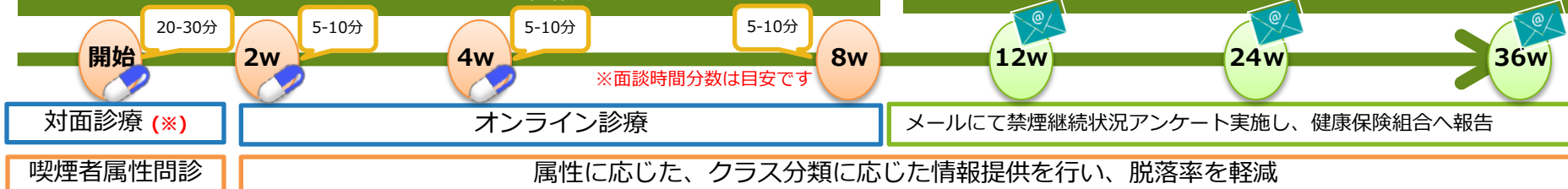
# オンライン診療による禁煙指導： 禁煙完遂率 30%から90%へ



PC、タブレット、スマートフォンで面談

禁煙プログラム面談

通院完了後も継続サポート



※ 保険者が実施する場合は健診を受けていれば、医師の判断により完全遠隔が可能【平成29年7月14日医政発0714第4号】



# そこが知りたい 運動の大切さ

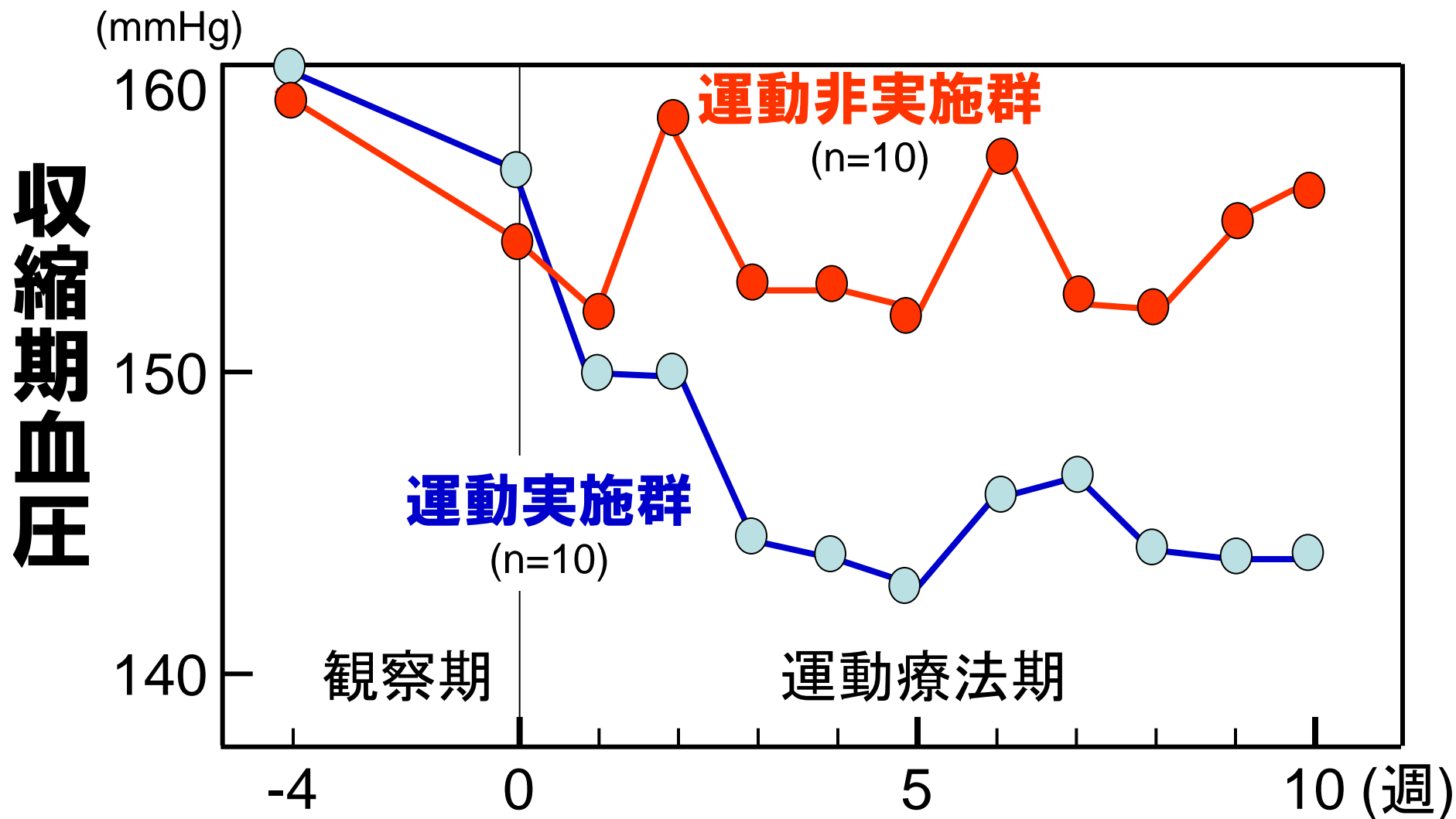
## 1日15分の運動で死亡リスク14%減

☆41万6275人の台湾人を平均8年間追跡調査結果：毎日15分、あるいは週に92分の軽い運動を行う人は、まったく運動しない人に比べて死亡リスクが14%減り、寿命が約3年延びる

☆WHO(世界保健機構)やCDC(米国疾病予防管理センター)は少なくとも週に150分程度の中程度の運動を推奨

(慶応ヘルスサイエンスニューズレター 創刊号, 2012)

# 高血圧患者での運動による降圧効果



運動実施群は、週3回、60分間の自転車エルゴメーターを実施。



# 犬を飼っている人は長生き？



# 笑う門には本当に福が来るのか？

大阪大学・森ノ宮医療大学  
老人ホーム  
デイケア利用者

吉本興業株式会社  
吉本お笑い総合研究所



難波福社会 雅秀苑



TASUKUさん



もりやすバンバンビガロさん

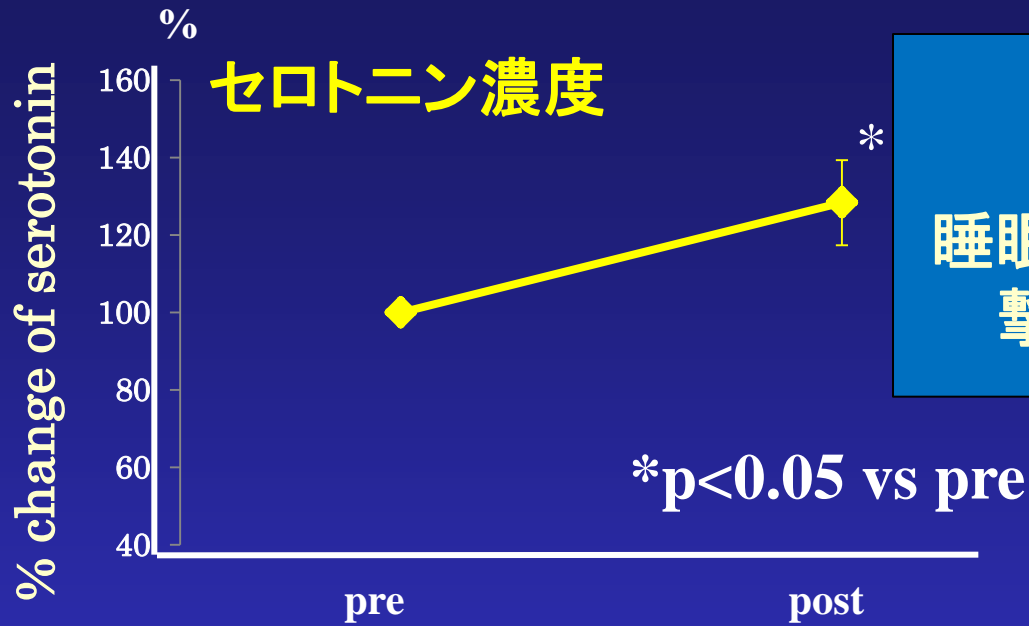


川上じゅんさん

こんばらさん



# お笑いによるストレスホルモンの減少



脳内快樂ホルモン セロトニン

睡眠覚醒リズム、情緒・気分、衝動性・攻撃性、疼痛閾値、食欲、性欲の調節

**唾液中クロモグラニンA**  
短期精神ストレスマーカー  
交感神経系を反映する指標

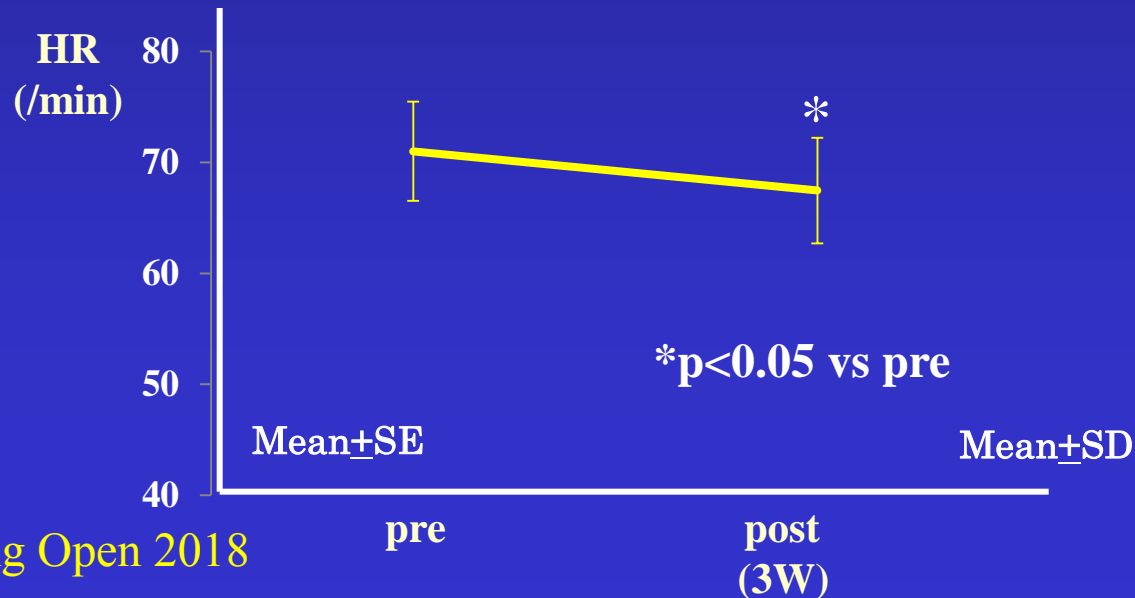
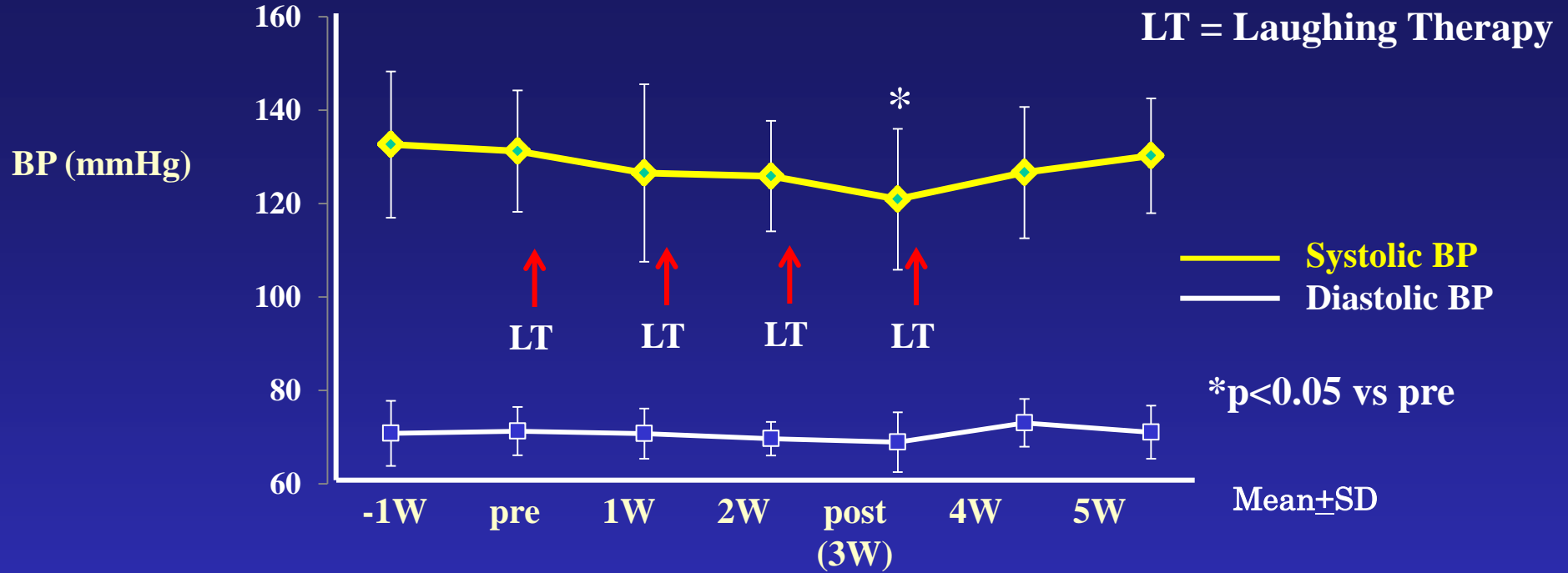
**クロモグラニンA**

4回目(最終)ライブ前後





# お笑いによる血圧低下



# 抑うつ・認知機能低下による笑いの変化

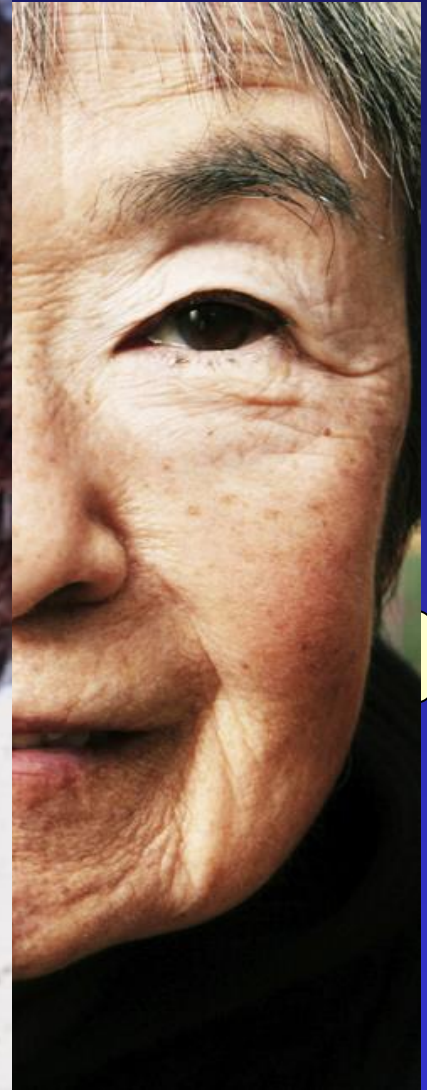
微笑

笑いの量

笑いの縮

笑い

笑い



# アルツハイマー病と生活習慣

欧米の大規模疫学研究から判明！

## 食 事

☆オランダでの調査

1. 魚の摂取量が多い人  
(18.5g/日以上)
2. ビタミンCやビタミンE  
の摂取が多い人

## 運 動

☆カナダでの調査

週3回以上歩行より  
強い運動を習慣的に  
行っていた人

## 対人交流

☆スウェーデンでの調査

大家族で生活している人

## 知的行動習慣

☆アメリカでの調査

読書やチェス、楽器演奏など  
知的な趣味を持っている人



# 認知症の現状、認知機能の評価の必要性



認知症とは、脳の細胞が壊れることによって起こる記憶障害、見当識障害、理解・判断力の低下、実行機能の低下などにより日常生活に支障が出ている状態(加齢に伴う生理的な“忘れっぽさ”とは異なる)

65歳以上の**7人に1人**(462万人)が認知症+MCIを含むと **900万人** (2012年)  
65歳以上の**5人に1人**が認知症(731万人)+MCIを含むと**1,160万人**(2025年)

世界的にも急増 社会コスト6,000億ドル以上、毎年770万人ずつ増加。  
**2013年 3,560万人 → 2030年 7,470万人 → 2050年 1億3,000万人**

根治薬はない。早期発見・早期介入・早期治療が必要

- 患者や家族の肉体的・精神的苦痛
- 徘徊、セルフネグレクト、交通事故
- 保険財政負担 など

認知症患者の医療・介護費用、労働生産性損失等の社会的負担(国内)は、  
**2014年14.5兆円、2060年には24.3兆円**  
(慶応大学医学部と厚生労働省研究班の推計)

早期に認知機能の状況の評価して、診療に誘導する。  
健康管理や生活改善により進行を遅らせ、機能回復を図る。

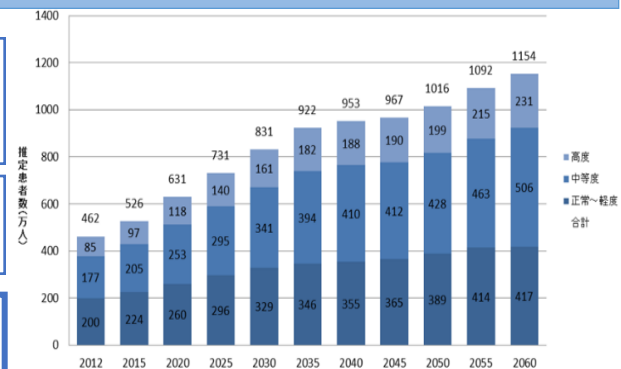
愛知県大府市の認知症ではない65歳以上4,200人の内740人がMCIと判定されたが、運動教室など約46%が回復した(国立長寿医療研究センター) (読売新聞H29年6月7日より)

認知機能が低下しているもののまだ認知症と診断されていない人々に対して食事指導、運動指導、認知トレーニング、血管リスク管理により、機能の低下を減速できることが分かった」(2015年 カロリンスカ研究所報告)

客観的、簡易な認知機能の評価スクリーニング法が必要  
(鑑別用の医療機器ではなく、スクリーニングシステムの開発)



社会システムの負荷軽減



世界の認知症患者数の推移



出典: World Alzheimer Report 2015: The Global Impact of Dementia

注) MCI: 軽度認知障害 (Mild Cognitive Impairment)。認知症ではないが、放置すると認知機能の低下が続き、年平均で10%程度が認知症に進む。

# 現在の認知症診断の流れと問題点

住民健診でも利用できる簡便で客観性の高い認知機能評価スクリーニング法

## 第一段階

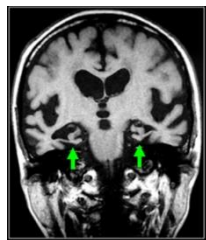
- もの忘れて近医受診
- 質問形式の簡易認知機能検査  
(MMSE:Mini-Mental State Exam)



A table used for the Mini-Mental State Exam (MMSE). It contains various cognitive tasks such as orientation, registration, attention, and calculation, with columns for the patient's score and the maximum possible score for each item.

## 第二段階

- 認知症専門医へ紹介
- 脳MRIなどの画像検査による鑑別診断  
(認知症の原因疾患の特定)



## 問題点

- 受診のきっかけが必要
- 質問形式の検査は、  
時間がかかる(20分)  
検査者の熟練を要する  
被検者の心理的ストレスが大きい  
検査者間の差が大きい

### ▪ ADAS

(アルツハイマー病評価スケール)

所要時間  
約60分

### ▪ FAB

(前頭葉機能バッテリー)

所要時間  
約20分

- 専門医の数が少ない
- 一般内科でもある程度の鑑別が必要



採点基準 54点満点

## 1. 時間の見当識(最大15点)

年 5点  
 月 4点  
 日 3点  
 曜日 2点  
 時間 1点

## 2. 手がかり再生(最大32点)

自由. 回答及び手がかり回答の両方とも  
 正答の場合 2点  
 自由回答のみ正答の場合 2点  
 手がかり回答のみ正答の場合 1点

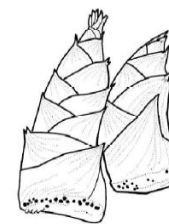
## 3. 時計描画(最大7点)

かい どう よう し  
 回 答 用 紙 1

い か しつちん こた  
 以下の質問にお答えください。

しつ ちん 質 問	かい どう 回 答
ことし なんねん 今年は何年ですか？	ねん 年
こんげつ なんがつ 今月は何月ですか？	がつ 月
きょう なんにち 今日は何日ですか？	にち 日
きょう なんようび 今日は何曜日ですか？	ようび 曜日
いま なんじ なんぶん 今は何時何分ですか？	じ ぶん 時 分

※ 指示があるまでめくらないでください。



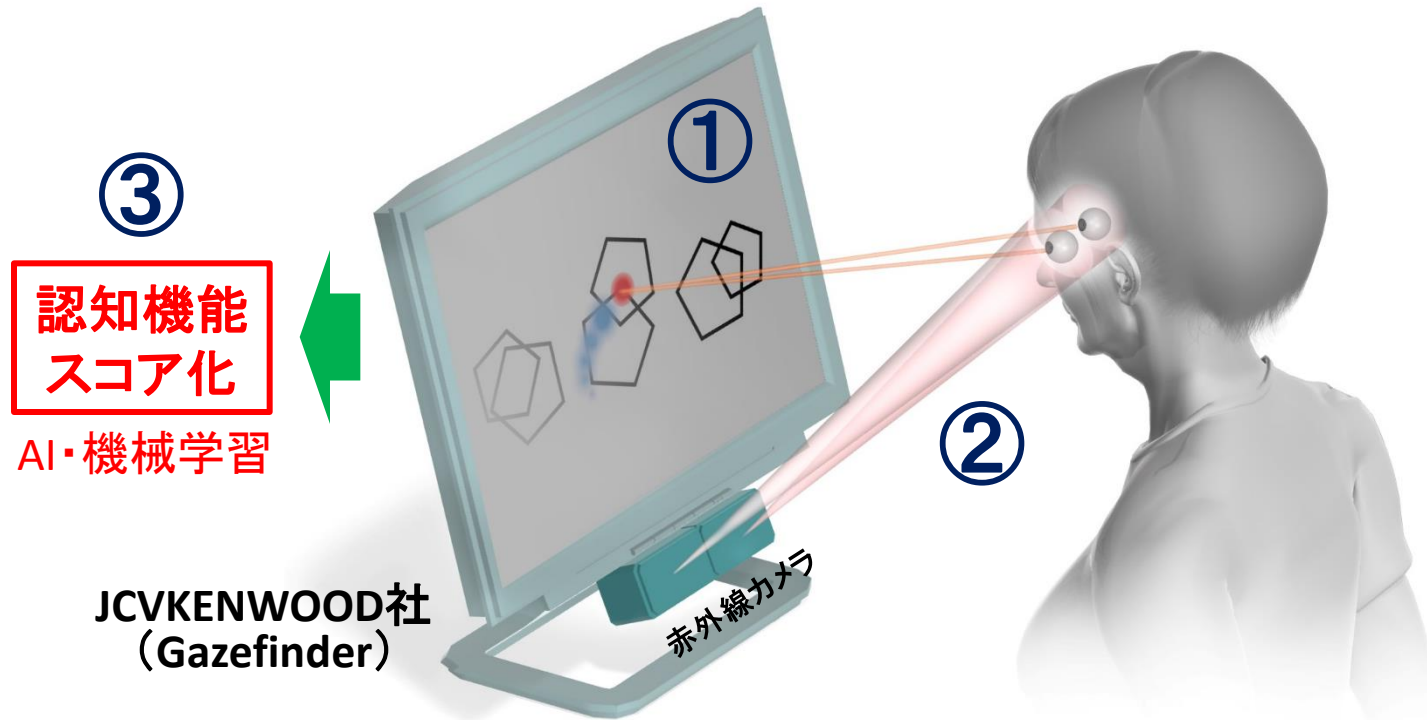
ちん だい よう し  
 問 題 用 紙 3

すこ まえ なんまい え み  
 少し前に、何枚かの絵をお見せしました。

なに が 描かれていたのかをお思い出して、できるだけ全部書いてください。



# 視線検出技術を利用した簡易認知機能評価法



- ① 認知機能評価タスク映像を提示
- ② 視線検出技術による目の動きの定量記録
- ③ Deep Learningによる視線データのアルゴリズム解析

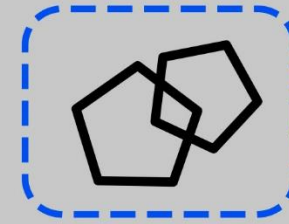
**座って、眺めるだけの認知機能検査**

# 視線検出技術を利用した簡易認知機能評価法の開発

## 図形パターンマッチングによる認知機能評価

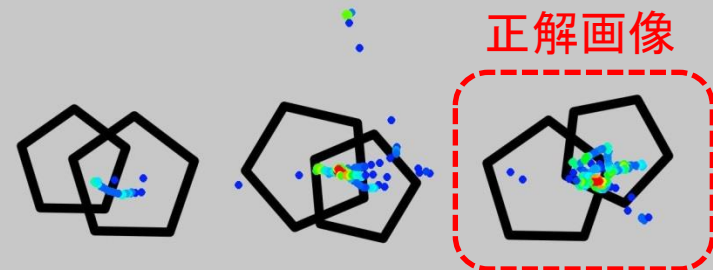


実際の視点の動き



上の図形と  
同じ図形は、どれですか？  
じっと見つめてください

視点プロットデータ

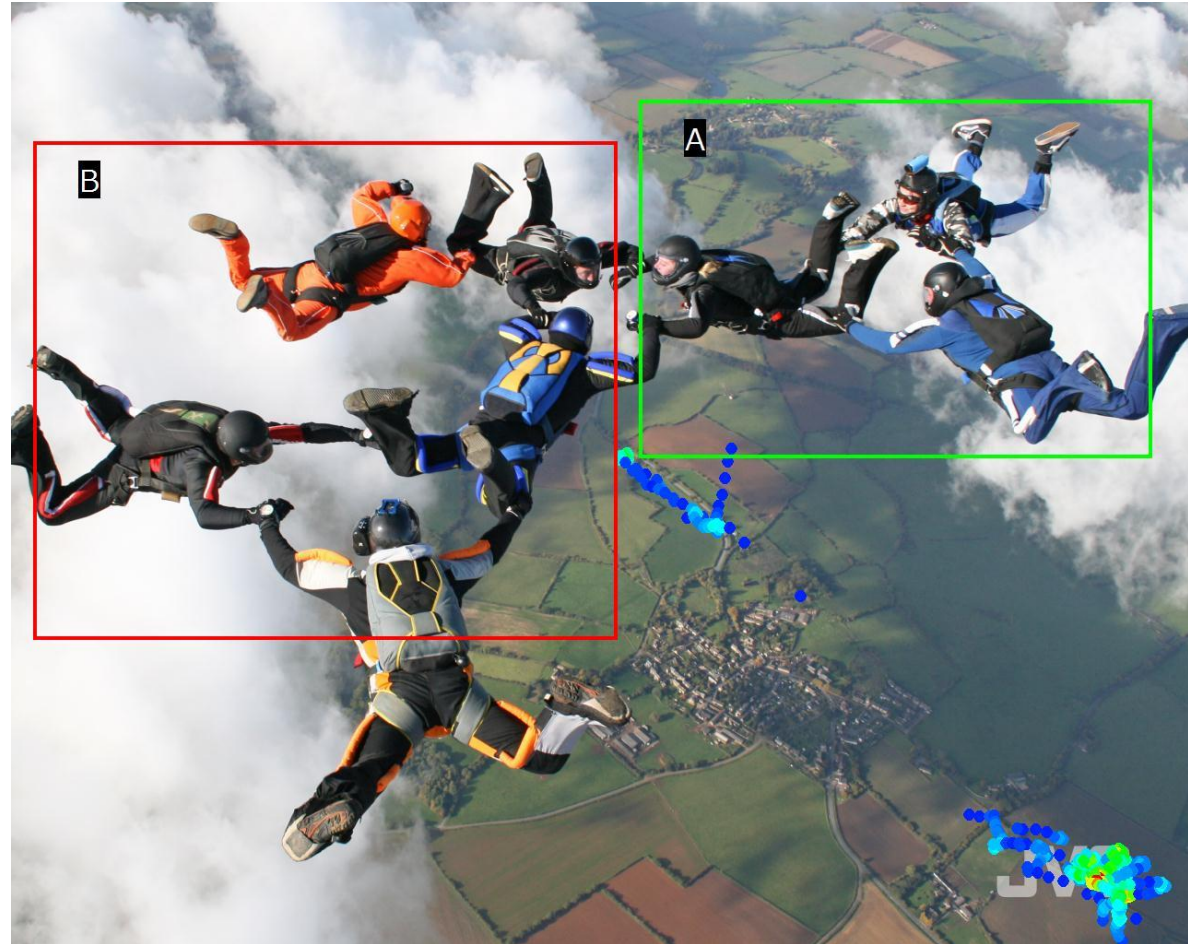


## 前頭側頭型認知症 (FTD)

### 63歳男性 (#23)

- ・常同行動
- ・注意転導性の亢進
- ・立ち去り行動

内服:  
抗精神病薬 (セレネース等)



「JVC」のロゴのみを見続けた。



# 視線検出技術による認知症スクリーニング 今後の展開



デバイスの小型化・診断アルゴリズムの改良

介護施設への導入 2018年10月頃～



見守りロボットとの連携

# 抗加齢医学会・抗加齢協会は 全面的に“10歳若返り”を支援します！

日本抗加齢医学会



日本抗加齢協会

対象

医学者・研究者  
8200人の会員

目的

医学・サイエンスとして  
エビデンスの確立  
第18回抗加齢医学会(大阪)  
6000人

対象

企業・一般  
賛助企業100社

目的: アンチエイジング知識の普及・啓発

アンチエイジングフェア in お台場  
(65000人)  
アンチエイジングフェア in 大阪  
(12000人)  
学術フォーラム

# 永遠のテーマ：長寿



Jeanne Calment  
1875~1996



遊春氣則必勝不生用氣内變通則氣則太陽  
不長心氣内通則秋氣則太陽不秋肺氣則  
逆多氣則以陰不藏陰氣獨沉大則時陰陽者  
萬物之根本也所以聖人春夏養陽秋養陰  
以從其根故節物沉浮於生長之間此其根  
則伐其本埋其真氣於陰陽時者萬物之終  
始也死生之本也逆之則衰生從之則蕃疾  
不逆是謂得道道者聖人行之區也養生之  
陽則生逆之則死從之則活逆之則亂及順為  
逆是謂內格  
是故聖人不治已病治未病不治已亂治未亂  
此之謂也夫病已成而後藥之亂已成而後治  
之譬猶渴而穿井聞而鑿竈不亦晚乎



おんさん  
(108歳)

長寿の祝い歳

60歳：還暦

70歳：古希

77歳：喜寿

80歳：傘寿

88歳：米寿

90歳：卒寿

99歳：白寿

108歳：茶寿

111歳：皇寿

120歳：大還暦

百寿者  
研究



より豊かな高齢期を、  
より多くの方々実感できるために。  
慶應義塾大学では新都区・地区にお住まいの85歳以上の方、約500名を対象に  
平成20年1月から1年間調査を実施し、より健康長寿を実現します。対象となる方には  
調査のご案内を郵送させていただきます。ぜひ、ご協力下さい。

慶應義塾大学異分野連携研究

「長寿社会における高齢者の  
暮らし方に関する学術調査」

お問合せ先：慶應義塾大学医学部 老年内科 担当 新井・高山  
〒160-8582 東京都新宿区信濃町35 電話&FAX 03-5269-2468



貝原益軒が84歳に  
著した「養生訓」

未病システム学会ホームページより

武内宿禰  
(282歳)

「敬  
発  
→お年  
伝授して  
物を設定