

公開講座

# アンチエイジングの実践 ～食生活で長寿遺伝子を鍛えよう！～

## ◆講座案内

老化の原因が少しずつわかってきたことから、老化に対抗する医学が注目を集めています。いつまでも若い心身でいるために、今すぐできることは？ 抗加齢医学の専門のお医者さんが科学的データをもとにきっちりと指導いたします。

## 【カリキュラム】

回	日程	テーマ	講師
1	1月16日	長寿遺伝子を鍛える！ ～腹八分のサイエンス～	慶應義塾大学医学部眼科学教室教授 坪田 一男
2	1月23日	100歳まで元気に生きる 食べ方	順天堂大学大学院医学研究科加齢制御 医学講座教授 白澤 卓二
3	1月30日	カロリスな生き方で肌 もきれいになる？	東京都立府中病院皮膚科医長・東京 医科大学皮膚科講師 加藤 雪彦
4	2月6日	ホルモン力が人生を変 える	帝京大学医学部泌尿器科主任教授 堀江 重郎

■日 時 2010年1月16日、23日、30日、2月6日 全4回

土曜 13:00～15:00

■受講料 会員 11,760円 一般 14,280円 (入会金不要)

■場 所 新宿住友ビル4階

お申し込みの際にご記入頂く皆様の個人情報、受講連絡をはじめ当社からの各種お知らせ、講座企画の内部資料として使わせて頂きます。講師の病気や受講人数一定に達しない場合は、やむを得ず講座を延期又は中止することがあります。

## 【講師略歴】

坪田 一男 (つぼた・かずお)

(慶應義塾大学医学部眼科学教室教授・南青山アイクリニック手術顧問)

1980年慶應義塾大学医学部卒業後、日米の医師免許取得。85年米ハーバード大学に留学、87年にフェロースhip修了。専門は眼科。中でも角膜移植、ドライアイ、屈折矯正手術における日本の第一人者。レーシックでは多くの著名人、スポーツ選手を執刀する。近年、抗加齢医学に着目し研究に取り組む。日本抗加齢医学会副理事長、アンチエイジング医学雑誌編集委員長。カロリスジャパンチーフメディカルアドバイザー。日本再生医療学会理事、同雑誌編集委員などの要職を勤める。近著に「長寿遺伝子を鍛える！」(新潮社)、「近視は新技術で20分で治る！」(サンマーク出版)など。(坪田一男 HP <http://www.tsubota.ne.jp/> ・カロリスジャパン HP <http://www.crs-j.jp/>)

白澤 卓二 (しらすわ・たくじ)

(順天堂大学大学院医学研究科加齢制御医学講座教授)

東京都老人総合研究所病理部門研究員、同神経生理部門室長、分子老化研究グループリーダー、老化ゲノムバイオマーカー研究チームリーダーを経て現職。専門は寿命制御遺伝子の分子遺伝学、アルツハイマー病の分子生物学、アスリートの遺伝子研究。日本抗加齢医学会理事、カロリスジャパンメディカルアドバイザー。著書に「老化時計」「長寿と遺伝子」「アンチエイジング・クッキング」「健康寿命を延ばす」「100歳まで元気に生きる食べ方」などがある。

加藤 雪彦 (かとう・ゆきひこ)

(東京都立府中病院皮膚科医長・東京医科大学皮膚科講師)

東京医科大学卒業、皮膚科専門医、アレルギー学会認定専門医、指導医、抗加齢学会専門医、スポーツドクター。カロリスジャパン事務局長。米国にてガン研究中にカロリー制限を知り4年前よりカロリス実践開始。目標BMIは維持しているが甘いものに目がなく最適栄養が不安が残る。趣味のトライアスロンの練習もかねてカロリスと運動の相乗効果を模索中。

堀江 重郎 (ほりえ・しげお)

(帝京大学医学部泌尿器科主任教授)

東京大学医学部卒業、泌尿器科医。東京大学病院、テキサス大学、パークランド記念病院、国立がんセンター中央病院、東京大学医科学研究所などで、救急医学、泌尿器科学、腎臓学、分子生物学の研鑽を積む。2003年より帝京大学医学部主任教授、付属病院泌尿器科長。精度の高い泌尿器手術を行なう一方、学術的なアプローチを男性の健康医学に導入、日本初のメンズヘルス外来を開設。日本抗加齢医学会理事、カロリスジャパンメディカルアドバイザー。著書に「ホルモン力が人生を変える」などがある。



朝日カルチャーセンター | 新宿  
朝日JTB・交流文化塾

〒163-0204 東京都新宿区西新宿2-6-1  
新宿住友ビル内 私書箱22号  
tel 03-3344-1947 (生活芸術科直通)  
<http://www.asahiculture-shinjuku.com/>