

『高齢化社会の健康管理 × 新語「桃源期」』



演者65歳の写真から、生成AIが画像処理で作成した80歳の演者（実物80歳は当日会場にて）

講師：島崎弘幸 先生（理学博士）
元人間総合科学大学 教授（健康栄養学）

【略歴】

1972年 東京理科大学理学部2部化学科 卒業
1973年 ミネソタ大学ホルメル研究所留学
1985年 帝京大学医学部 生化学 助教授
2005年 人間総合科学大学 教授
2017年 イセ食品(株) たまご研究所 所長
2019年 鯉淵学園農業栄養専門学校 学園長

【社会活動】

(公社)日本油化学会 会長（現 名誉会員）
Int.Soc.for Fat Res.(ISF) President
1998年 第1回坊ちゃん賞（理窓博士会）

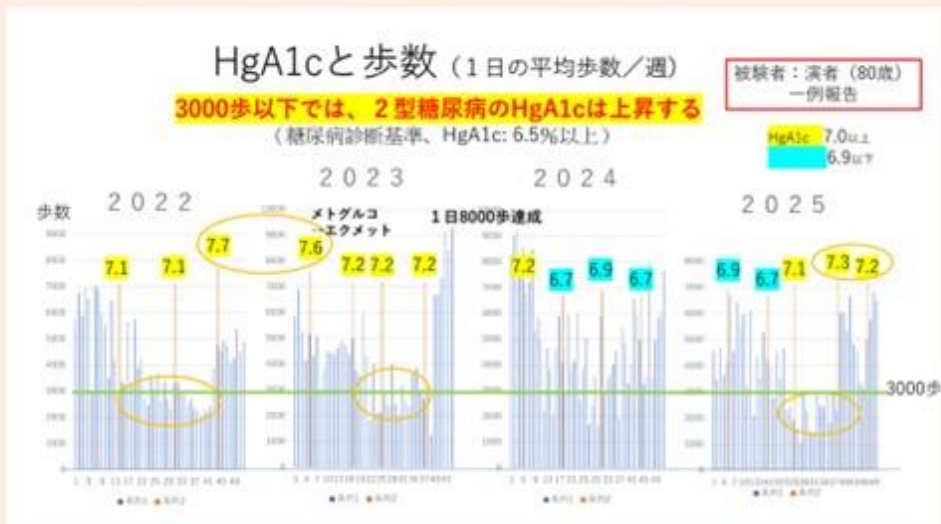
【講演要旨】

高齢者の健康管理で重要なテーマの一つが「フレイル対策」である。かつてフレイルは、加齢とともに避けられないものと考えられていたかも知れない。

しかし現在では、適切な対応により進行を遅らせることができ、また一度フレイル状態に陥っても改善が期待できるようになった。テレビや新聞でも、フレイル、認知症、介護予防などの話題が頻繁に取り上げられている。

理窓サイエンスカフェでも既に扱われたテーマかもしれないが、近年急速に発展した生成AI（Microsoft Copilot）を活用しながら、フレイルの改善や認知症・要介護状態を防ぐための健康管理について、皆様と話し合いたい。

厚生労働省の発表（2025年12月）によれば、2024年の日本人の平均寿命は女性87.14歳、男性81.09歳である。昭和30年と比べると、女性は19.4歳、男性は17.5歳も平均寿命が延びている。この約20年の延伸は、単に「老人が増えた」ということではない。私は、ここに新たなライフステージとして「桃源期」を提案したい。現代社会に合わせて、「青年期 → 成年期 → 桃源期 → 老年期」という生き方を考えることで、より豊かな人生設計が可能になると思える。



いつもと開催場所、曜日が違います！

第121回理窓サイエンスカフェ開催詳細と参加申し込み方法

場所 = 東京理科大学理窓会倶楽部 PORTA神楽坂6階 ※

期日 = 2026年5月15日（金）※※14:00~16:15（13:30開場）

参加費 = 2,000円（お茶とお菓子、資料代を含む）

主催 = 東京理科大学 理窓会関連団体：「理窓サイエンスカフェ」<https://riso-sciencecafe.webnode.jp/>

このポスターを配布した方、又は電子メール：riso.sciencecafe@gmail.com 宛直接申し込みください。

申込締切：2026年5月11日（月） 定員：先着順60名とさせていただきます。