

本会では、県民の健康増進等を図る目的として県民を対象とした公開講座を毎年開催しており、今年度も、令和7年10月19日（日）にハイブリッド形式により開催いたしました。

1月中旬までの期間限定で本講座の講演映像を公開いたしますので、是非、ご覧いただきますようお願い申し上げます。

記



講演映像 URL <https://vimeo.com/1134159766/abdde19121?share=copy&fl=sv&fe=ci>

上記 URL、および QR コードより講演映像を視聴することができます。

※講演映像の内容、画像等の無断転載・無断使用はご遠慮ください。

また、本会ホームページ下部「講座や学術大会などのご案内」箇所に県民公開講座のバナーを掲載しております。そちらからも講演映像を視聴することができます。



講演

内 容：「老けにくい・病気になりにくい生活習慣とは？」
～AGES から読み解く体の未来～

講 師：東海大学農学部 食生命科学科 教授 永井 竜児

講演概要

私たちの体は、食べるものや運動の習慣によって健康が大きく左右されます。昔から「生活習慣が悪いと病気になる」と言われてきましたが、実際には今もなお、糖尿病や高血圧などの生活習慣病は増え続けています。その理由のひとつとして、「病気がどのように進んでいくのか」「今どれくらい危険な状態なのか」を正確に判断できる“わかりやすい目印（マーカー）”が、まだ十分でないことがあげられます。

私たちの体の中では、糖（グルコース）がタンパク質と反応して「こげ」のような物質ができる現象（メイラード反応）が起こっています。実は、糖尿病の検査でよく使われている「ヘモグロビン A1c」もその初期段階でできる物質のひとつです。さらに進むと、「AGES（エージーイー）」という、いわば“体の老化を加速させる物質”が作られます。AGES は、糖尿病の合併症や動脈硬化など、さまざまな病気の進行に深く関わっていることが近年わかってきました。

今回の講座では、これまで正体がよくわからず測定も難しかった AGES を、最新の技術で正確に測ることで見えてきた「病気と老化の意外なつながり」、そしてそれを防ぐために日常生活でできる工夫について、わかりやすくお話しします。

(公社)熊本県薬剤師会 生涯学習委員会
担当副会長：藤井 憲一郎 担当常務理事／委員長：福島 ゆかり 事務局：古閑
TEL 096-370-5800 FAX 096-370-5888