

日本応用老年学会メールマガジンは、日本応用老年学会会員・関係者にむけて日本応用老年学会事務局が毎月発行しております。

— 目次 —

【1】事務局からのお知らせ

【2】ホームページ NEW! 「関連出版物・書籍紹介」更新

「高齢者のウェルビーイングとライフデザインの協働」

「長寿社会グローバル・インフォメーションジャーナル vol.15」

【3】朝日新聞連載「古い 十五章」柴田 博

12. 生活環境変化で老化進行(2008年3月24日夕刊)

【1】事務局からのお知らせ

2010年もお世話になりました。

来年も、何卒、宜しくお願い申し上げます。

※2010年度会費が**未払いの方は**、何卒、お振込の程御願いたします。

学会の活動は、みなさまからの会費でまかなわれております。

【2】ホームページ NEW! 「関連出版物・書籍紹介」更新

「高齢者のウェルビーイングとライフデザインの協働」

「長寿社会グローバル・インフォメーションジャーナル vol.15」

※詳細はこちらから

学会 HP「関連出版物」

<http://www.sag-j.org/books/>

【3】「古い 十五章」朝日新聞掲載

日本応用老年学会理事長 柴田 博

12. 生活環境変化で老化進行 (2008年3月24日夕刊)

回復力とか防衛反応、予備力といった能力は、年をとると落ちてきます。予備力とは、平地を歩いている時は若者と差がなくても、坂道にかかるると差が出るということです。

物理的な環境への適応力も例外ではありません。生活環境が変わると老化が早まるとも言われます。

米国での調査で、急性の病気の発症率は年齢とともに減る一方、慢性の病気は増えてくることが分かっています。インフルエンザも実は、かかる率は高齢者は比較的低いのです。ところが、いったんかかると肺炎になりやすい。死亡率も高まります。高齢者は症状が少ないので気づきにくい。抵抗力が衰えていることも大きいでしょう。

ただこうしたことが分かっていると、腹づもりができるようになります。人生、いろいろな経験を積みます。その中で、コーピングスキル、対処する能力のことですが、これが身に

ついてきます。意識している場合も、していない場合もある
でしょう。落ちた能力を知らずと補っていることも少なくあ
りません。

若いころ、私はよく風邪をひきました。でも、最近はほと
んどひきません。年とともにむちやをしなくなったのかも知
れませんが。

.....
以上

-
- ・ 内容、記事に対するご意見、ご感想、ご要望などは、
日本応用老年学会「E-mail : info@sag-j.org 」までご連絡
お願いいたします。
 - ・ このメールマガジンは、日本応用老年学会会員・関係者の
皆さまに配信しております。
配信の停止は「E-mail : info@sag-j.org 」までご連絡お願い
いたします。

編集・発行: 日本応用老年学会事務局
(掲載記事の無断転載を禁じます)

日本応用老年学会事務局
〒173-0015 東京都板橋区栄町 35-2
地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター
研究所 自立促進と介護予防研究チーム内
TEL : 03-3471-2370
E-mail: info@sag-j.org
日本応用老年学会ホームページ
<http://www.sag-j.org/>
