

## 第23回生涯学習サロン特別講話(開講式・閉講式)のご案内

### 1. 開講式特別講話 「 ”再生医療ってなんだ！ “ iPS 細胞・ ES 細胞のその先へ 」

講師 赤池 敏宏 先生 (再生医工学バイオマテリアル研究所所長)



静岡県生まれ。1975年東京大学大学院合成化学専攻博士課程修了。同年東京女子医科大学助手を皮切りに、東京農工大助教授、東工大教授、東工大名誉教授、現在、再生工学バイオマテリアル研究所長。その間、国内外の大学の客員教授。各種審議委員会委員を兼任。受賞も多数。日本の再生医療の権威。

2012年ノーベル医学生理学賞が山中伸弥教授に授与されて以来 iPS 細胞という人工の多能性細胞の名前とそれを生かした“再生医療”の名前は知られるようになってきました。もともとどんな臓器にもなりうる ES 細胞(胚性幹細胞)が知られていましたが iPS 細胞の登場で体の臓器・組織がいろいろ作られて病気の臓器 組織を補填・修復しようという再生医療の研究が活発になってきました。皆様方が提供される骨髄・脂肪組織・臍帯静脈血も幹細胞を含んでおり これらの細胞からいろいろな臓器を作ろうという研究も併せて活発化しつつあります。目の網膜細胞や脳・神経細胞さらには関節組織の細胞 血小板を作り出して 対応する病気の治療に使おうという研究も活発になってきました。患者さんから直接細胞を採取しシャーレの中で病気の臓器細胞を作り新しい薬の開発に使おうという研究も始まっています。再生医療の未来への期待も大きいのですが それ以前に病気の原因や治療法に関心を持ち再生医療・人工臓器そして病気と医薬への理解を通じてからだのしくみを理解していただきご自分の健康管理の重要性を知っていただければ嬉しい限りです。

(参考資料 YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=649DXDidFEA>)

### 2. 閉講式特別講話 「 何歳になっても「脳力」が伸びる秘訣 」

講師 菅原 道仁 先生 (菅原脳神経外科クリニック院長)



1970年埼玉県川越市生まれ。1997年杏林大学卒業後、国立国際医療研究センター病院脳神経外科で研修。その後、立川市の国立病院東京災害医療センター救命救急科に勤務後、2000年から北原脳神経外科病院(現 北原国際病院)に勤務し、15年以上に渡り、八王子市近隣の脳神経外科救急に従事。その間、八王子南口の北原ライフサポートクリニックの院長として立ち上げにかかわる。2015年6月に八王子市万町に菅原脳神経外科クリニックを開業する。

著書も多数。TV出演など幅広く活躍中。

だんだんと歳を重ねていくと増える物忘れ。「あれあれ」「それぞれ」、これは致し方ないことなのでしょうか。いえ、そうではありません。何歳になっても脳を輝かせることはできるのです。

この講演では、能力を伸ばす五つの秘訣をお話しさせていただきます。

## 第22回生涯学習サロン概要紹介 第1週(3月14日)

\*印 外部講師

<b>第1週 A</b>	<b>題名：八王子の医療施設</b>	<b>久野 久夫</b>
<p>平成30年市政世論調査によると、八王子に住み続けたい人は、前年に引き続き約90%にのぼり、そのうちずっと住み続けたいと答えた人は43%あります。また、行政に力を入れて欲しい施策の第2位(22%)に医療保険(第1位は高齢者福祉36%)が挙げられています。本講座では、「平時の安全保障」とも言われる医療について解説いたします。</p> <p>当市には2大学病院を始めとし、多くの一般病院や各種専門病院、医療介護施設、介護療養施設に加えて各種医療ネットワーク有りと、大変に恵まれた環境にあります。しかし、それが市民に十分浸透し、活用されているかというところとも言い切れません。当市の大切な社会資源として医療の実情について皆様と一緒に学びましょう。</p>		
<b>第1週 B</b>	<b>題名：筆と墨を楽しむ その2</b>	<b>池田 ときえ</b>
<p>前回に続いて筆と墨の絵手紙を学びます。墨の濃淡を使い分けて表現の幅を広げましょう。同時に線の強弱も心掛けてみます。春の花は薄めの墨でやさしく、野菜や果物は中墨でのびやかに、ひなびた民芸品は太目の筆使いでどっしりと。描くものにあわせて墨の濃さを変えてみます。同じものを描いても墨の濃淡、筆の線の太さ細さで雰囲気が違って見えるでしょう。時にはミスマッチももしろいもの、確信犯で遊んでください。そして字もまた絵です。一字描き、多行描きなどいろいろあります。お試してください。道具・教材はこちらでも用意しますが、ご自分の道具があればご持参ください。また、これを描きたいというものがおありならどうぞおもちください。</p>		
<b>第1週 C</b>	<b>題名：今、他人事でない災害に備えて</b>	<b>* 須田 智文</b> <b>* 高橋 久雄</b>
<p>前半は、「災害に備えて安全対策を」と題した、地震や風水害に対する心構えや対策の内容の講座です。災害から生命・身体や財産を守るため、地域での助け合いの必要性や、市の防災対策についてわかりやすく説明します。特に、予防面を重点とした内容であり、災害に対して事前の備えができる、すぐに使える実践的な知識を学びます。</p> <p>後半は、「災害時における応急救護訓練」です。実際に災害が起こった時、そこに居合わせた皆様個人が応急手当を行えば、救命効果の向上や、治療の経過に良い影響を与えることが明らかになっています。緊急事態に遭遇した場合、適切な応急手当を実施できるよう知識と技術を学びます。</p>		
<b>第1週 D</b>	<b>題名：相続が変わる 40年ぶりの大改正</b>	<b>* 内田 薫</b>
<p>平成30年7月に超高齢化社会を見据えて約40年ぶりに相続に関する民法改正がありました。特徴は配偶者の権利拡大で、①配偶者居住権が新設され、ご主人(または奥様)が亡くなったあとも配偶者が死亡するまで自宅に住み続ける権利が定められたこと。②婚姻期間20年以上の場合生前に贈与または遺贈(死亡時に贈与)された家は遺産分割の対象外とされたことなど。また配偶者以外の改正では、相続人以外の寄与分(義理の父母を嫁が介護した場合などの嫁の寄与分)が認められたり、遺産分割前(現状では相続人全員で遺産分割協議書を作成する必要があります)に預金が引き出せたり、また自筆遺言の作成が簡素化されより遺言書の作成が容易になったことなど、将来の相続を控えてどの方にも参考になるお話かと思えます。</p>		

## 第23回生涯学習サロン概要紹介 第2週(3月28日)

<b>第2週 A</b>	<b>題名： 気になる年金のあれこれ</b>	<b>有田 進治</b>
<p>年金の専門家として、現在、多くの企業で「年金セミナー」の講師を担当しております。</p> <p>年金は、私たちの老後の生活を支える身近で大切なものですが、意外に知らないで済ませているのが、実態です。そこで、今回は、年金受給者が気になっている大事なポイントに絞って、お話しします。</p> <p>例えば、① 自分の年金額は、どのように決定されたのか？ ② 年金から徴収される保険料等は？ ③ 毎年、年金受給額が変動するのはなぜか？ ④ これから年金額が、30%も減ると言われているが本当か？ ⑤ 自分が亡くなった場合あるいは配偶者が亡くなった場合、年金はどうなるのか？</p> <p>当日は、個別質問も大歓迎です！</p>		
<b>第2週 B</b>	<b>題名： おとなの朗読会</b>	<b>* 青羽 美代子</b>
<p>最近静かなブームともなっている朗読。ある作家は「小説の本源的な楽しみは朗読にある」と。文学は声に出して読むことにより一層作品の良さがしんと身体に伝わってきます。朗読によって更に深く小説を楽しむことができます。それは文学の素晴らしさを伝える「声による演奏」とも言えるのでしょうか。現実の生活では味わえない情緒や感動は正にもう一つの人生を経験できる大きな喜びとなります。又、朗読は読み手の数だけ読み方があり、どれが正しい、どれが間違っている等の立て分けはありません。私はアニメや洋画のアフレコなどの仕事をして参りましたが（故）井沢八郎（歌手）と結婚後は朗読を広く伝える活動を始めました。今回は数ある山本周五郎作品の中から「不断草」を読ませて頂きます。日本語の美しさと共に日本人の心に響く小説です。この機会に声優による生の表現朗読を是非お楽しみ下さい。</p>		
<b>第2週 C</b>	<b>題名： AIで激変するクルマの未来</b>	<b>持田 律三</b>
<p>半世紀以上自動車産業は基幹産業として日本の成長を支えてきた。その道のりは平坦でなかった。円の変動相場移行、マスキー法、そして燃費、環境、安全、為替などと厳しい難局を何度も何度も技術と工夫で乗り越えてきた。ひと昔前、日本の液晶などは技術的には圧倒的に優位であったが、グローバルの戦いで世界シェアを瞬間に失ってしまった。「技術で勝ってビジネスで負けた」と言われた。今世界の潮流はAIによる自動運転、EV化、カーシェアリング、自動車産業へのグーグルやアップルの登場がメガ津波を起こすのではないかともいわれている。日本の自動車は大丈夫なのだろうか。今何が起きているのか、激変する自動車の現在・未来を探ってみる。</p>		
<b>第2週 D</b>	<b>題名： 絵葉書でみる八王子市の100年</b>	<b>* 村松 英二</b>
<p>IT やデジタル技術の進展によって電子データで瞬時にやりとりできる昨今、特に現物の絵葉書（紙物）や歴史的資料は益々貴重な存在となってきました。</p> <p>約10年間八王子関係絵葉書を収集してきた中で、絵葉書を価値ある資料としての視点に立ち、市政施行（大正6）から100年間に発行されたモノに限定して、各分野別に分けて歴史解説を付した集成本として出版しました。前半では、市政施行から歴史・文化・経済を簡易年表にて“八王子100年史”のポイントをわかりやすく振り返ります。全国共通であります明治以来の“郵便絵葉書宛名変遷史”にも触れながら、絵葉書で今に残されてきた日本一などの観光歴史遺産を絵葉書にて“地域文化の再発見”をします。後半では、皆様と“古き良き八王子”並びに“地域資料の法の大切さ”や“思い出座談会”を行ないます。大勢の方に絵葉書を通じて楽しく来て・みて・聞いて・昔を話してください。お気軽にご参加下さい。</p>		

## 第23回生涯学習サロン概要紹介 第3週(4月11日)

<b>第3週 A</b>	<b>題名: 薬の「飲み方」「使い方」</b>	<b>高取 和郎</b>
<p>本日のテーマ「薬」には医療用医薬品と一般用医薬品がありますが、まず薬の一般的な説明をいたします。そして薬の飲み方についての基本的な注意点、続けて内服薬と外用剤にわけて、形状と種類、服用時、使用時の注意点について述べます。さらに薬品の保管時の注意事項にふれます。さらにみなさんに是非していただきたい「お薬手帳のすすめ」とお薬説明書などの読み方を説明いたします。最後に薬使用についてまわる「副作用の防止」について気を付けるべき点をまとめます。気になることがあればまず医師、薬剤師に相談することが何よりも大事なことであります。</p>		
<b>第3週 B</b>	<b>題名: 懐かしの映画とその音楽 (20)</b>	<b>立川 富美代</b>
<p>荒野の七人 (原題 The Magnificent Seven)</p> <p>この講座の20回目に、これぞ西部劇!!を取り上げました。</p> <p>毎年、野盗に襲われているメキシコのイストラカン。そこで村の長老は助っ人を雇うことにした。1人20ドルというわずかな報酬にすぎなかったが、村人たちの熱意にうたれて7人の凄腕ガンマンが集まってきた。日本の黒澤監督の「七人の侍」にほれ込んだユル・プリンナーが翻訳し、メキシコに舞台を移して製作した。懐かしいスターの顔が、エルマー・バーンスタインの名曲とともに鮮烈な輝きを観る者に焼き付けた西部劇の名作です。</p>		
<b>第3週 C</b>	<b>題名: 健康寿命を延ばすレクを楽しもう</b>	<b>塩澤 迪夫</b>
<p>レクリエーションに関わり40年が過ぎておりますが、健康にも支えられ今日を迎えています。現在高齢者が認知症になるケースが増加しておりますが、元気に生きることを支えるのにレクリエーション活動がいかに大切かが重要視されています。レクリエーションの本質は楽しむことにあり、地域、職場、学校等で楽しみを作り出す手段として、催し物やスポーツ、芸術、演芸、旅行等に組み込まれています。昔からレクリエーションにはゲーム、ソング、ダンス、クラフト等があり幼児から高齢者に至るまで必要とされており、近年では特に高齢者の健康寿命を延ばし、脳の活性化にもつながるものとしてレクリエーションの大切さがうたわれ、特に八王子市ではニュースポーツが広まっています。レクリエーションの楽しみ方を知り地域で大いに広めましょう。</p>		
<b>第3週 D</b>	<b>題名: 「人生笑って完走」を目線に据えて</b>	<b>杉山 友一</b>
<p>我が国が世界でもダントツで老人大国の道をひた走っていることは誰もが先刻承知です。加えて国の財政や医療や介護等々全ての分野で難問山積であることの認識もあります。一方で、高齢になると誰もが自分自身へのこだわりとして、自分の人生の価値に見合った生活の質を失いたくないという気持ちが非常に強くなります。そんななかで、いずれは誰でもが理想と現実の狭間で人生第四楽章終活の結論を迫られることになるのです。今回は当講座をプロバスクラブの自主学習会「老年研究会」活動の一環と位置づけて、「人生笑って完走」を目線に据えて、皆さんで真摯に意見交換を試みたいと考えています。(講座では最新の公的研究資料をお渡しします)</p>		

