

# 第26回 日本抗加齢医学会総会 イブニングセミナー2

日時

6月27日(土) 17:40~18:30

会場

パシフィコ横浜ノース  
第5会場(3階 G301)

共催

コスタリカ大学

翻訳

字幕付き

## 長寿の秘訣

~京丹後とニコヤ半島~

*The Secrets of Longevity in Kyotango and  
Costa Rica's Nicoya Peninsula*

座長

加藤 雪彦  
山田 静雄

(東京医科大学八王子医療センター)

(静岡県立大学大学院薬食研究推進センター)



### ES2-1 京丹後地域住民の認知機能と腸内細菌—食相関

○ 内藤 裕二、高木 智久、的場 聖明

京都府立医科大学大学院医学研究科

京丹後地域は長寿者の多い地域として知られています。  
本講演では、地域住民を対象とした認知機能と腸内細菌叢、  
食生活との関連について最新の研究成果を紹介します。



### ES2-2 The Secrets of Longevity in Costa Rica's Nicoya Peninsula: Lifestyle and Diet of the Nicoya Peninsula long-lived people

○ Laura Vindas-Meza<sup>1,2</sup>、Jorge Vindas-López<sup>1</sup>、Georgina Gómez-Salas<sup>3</sup>

1 Nicoya Peninsula Blue Zone Association, Nicoya, Costa Rica

2 Gerontology Graduate Program, University of Costa Rica, Costa Rica

3 School of Medicine, University of Costa Rica, Costa Rica

世界的に注目されるコスタリカ・ニコヤ半島の長寿地域。  
その住民のライフスタイルや食生活の特徴について、最新の調査・研究成果を紹介します。



ニコヤ半島

### 本セミナーの見どころ

日本の長寿地域・京丹後と、世界的に長寿者が多いことで知られる  
コスタリカ・ニコヤ半島の認知機能、腸内細菌、食生活、ライフスタイルの視点から、  
長寿の秘訣に迫ります。

