

報道関係者各位

2011年8月  
株式会社主婦の友社

よりより老い、よりよい死をむかえるために

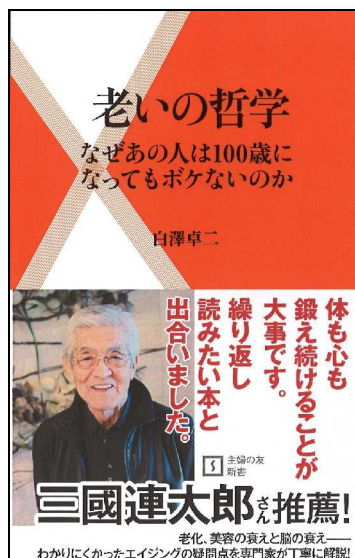
## 主婦の友新書 『老いの哲学』 なぜあの人は100歳になってもボケないのか』

白澤 卓二:著 定価 820円(税込み)

株式会社主婦の友社(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:荻野善之)は、2011年8月6日、主婦の友新書『老いの哲学』 白澤 卓二:著、定価 820円(税込み)を発売いたします。

日野原重明さんなどの長寿者から学びながら、わかりにくかったアンチエイジング(抗加齢医学)の疑問点を専門家が丁寧に解説。50代の人から明日からできるボケ防止習慣も満載。

&lt;担当編集より&gt;



団塊の世代が大量退職をする時代を迎えている現代の日本。「ボケて家族の世話になりたくない」「仕事をつづけながらピンピンコロリで死にたい」など、老いの迎え方、死の迎え方への関心が高まっている。そこで本書はよりより老い、よりよい死を迎えるために、ボケないために50代のうちからやっておくべき習慣を紹介。99歳になっても講演のために日本全国を飛びまわっている日野原重明さん、100歳を超えても山スキーに挑戦していた三浦敬三さん、100歳を超えても日本舞踊の稽古に通っていた板橋光さん、100歳になっても指揮をやめることのなかった中川牧三さん 「なぜあの人は100歳に見えないのか」という問いをきっかけに、わかりにくかったアンチ・エイジング(抗加齢医学)の疑問点を長寿研究の専門家が丁寧に解説。食事、運動、睡眠、余暇の過ごし方、気持ちの持ち方など解説が具体的であるため明日からでもすぐに実行できる。

著者プロフィール: 白澤 卓二(しらさわ・たくじ) 順天堂大学教授(医学博士・加齢制御講座)。日本抗加齢医学会理事。千葉大学医学部卒業後、東京都老人総合研究所研究員、老化ゲノムバイオマーカー研究チームリーダーなどを経て現職。専門は寿命制御遺伝子の分子遺伝学、アルツハイマー病の分子生物学など。『世界一受けたい授業』などの出演でも有名に。おもな著書に『100歳までボケない101の方法』(文藝春秋)、『長寿遺伝子をオンにする生き方』(青春出版社)、『50歳すぎたら絶対にやせなさい!』(三笠書房)などがある。

書誌タイトル: 『老いの哲学』

著者: 白澤 卓二

定価: 820円(税込み) ISBN: 978-4-07-278959-9 サイズ: 新書判 192ページ 発売日: 2011/8/6

株式会社主婦の友社の概要

・社名: 株式会社 主婦の友社 ・代表取締役社長 荻野 善之 ・URL: <http://www.shufunotomo.co.jp/>

・所在地: 東京都千代田区神田駿河台 2-9

この件に関するお問い合わせは下記担当までお願いいたします。

株式会社主婦の友社 広報宣伝課 酒見・長友・大塚 TEL 03-5280-7577 FAX 03-5280-7578