

老化と長寿の科学

SECRETS OF THE SUPERAGERS

日本語字幕・英語字幕版(音声:英語)



“老化”を科学的に解説し、そして世界の健康長寿の人たちや老化研究の専門家へ取材し、健康で元気に歳を重ねる秘訣を探る。脳、身体、感覚器、容姿、体内臓器の5つのテーマから探り、「抗老化研究の最前線」では抗老化医学の最新の研究を紹介する。老化や、健康長寿の秘訣について様々な面から専門的に楽しく学べる映像教材。

老化と長寿の科学 脳の老化

老化と長寿の科学 身体の老化

老化と長寿の科学 感覚器の老化

老化と長寿の科学 容姿の老化

老化と長寿の科学 体内臓器の老化

老化と長寿の科学 抗老化研究の最前線

各巻 本体価格42,000円+税

※各巻で完結するため単巻でのご購入・ご利用もおすすめします。



老化と長寿の科学 原題: SECRETS OF THE SUPERAGERS

日本語字幕監修: 神出 計 (大阪大学大学院医学系研究科保健学専攻 教授)

DVD/全6巻/各巻50分/各巻 本体価格: 42,000円+税/制作年: 2025年(原版: 2023年)/日本語字幕・英語字幕版(音声: 英語)/

原版制作: ©A BBC Studios Production/提供: BBC Studios/写真: ©BBC Studios 2022/日本語字幕版制作・発行: 丸善出版株式会社

老化と長寿の科学

SECRETS OF THE SUPERAGERS

詳細情報・サンプルムービーはこちらから
丸善出版ホームページへ



監修のことば

全世界、特に日本を含む先進国での高齢化率の上昇は顕著で、社会的な課題である。誰もが健康で自立した状態での長生き、“健康長寿”を目指している。どのようにすれば健康長寿な人生が送れるのであろうか？世界中の多くの研究者がその大きなテーマに答えを出すべく研究を進めている。英国BBCが制作した、“老化と長寿の科学”はこの大きな研究テーマに挑戦している研究者達を、メディカルライターであるマイケル・モーズリーが訪ね、医師の視点からわかりやすく解説をする、“長寿の秘訣”を探る壮大な旅の記録である。健康長寿を目指すあなたも一緒に世界を巡る旅に出ませんか？

大阪大学大学院医学系研究科保健学専攻 教授 神出 計

※各巻で完結するため単巻でのご購入・ご利用もおすすめします。

老化と長寿の科学

脳の老化

THE BRAIN

継続的な運動で脳が活性化（カナダ）／新しいことの継続的な学習により認知機能が若返る（アメリカ）／高齢期の睡眠不足の危険性と改善法（英国）／脳をストレスから解放しリラックスさせるための方法の例：瞑想（中国）／マインドフルネス瞑想の科学的実験からわかること（アメリカ）／音楽によるストレス軽減効果（英国）



商品番号 1601609

老化と長寿の科学

身体老化

THE BODY

骨粗しょう症予防に効果的な運動の例：サッカー、ホッピング（デンマーク）／長寿遺伝子FOXO3（日本・沖縄）／沖縄長寿者の伝統的な食文化（日本・沖縄）／筋肉の維持に効果的な運動の例：ダンス（英国）／筋肉を維持するための食事のポイント：たんぱく質摂取（英国）／高齢者が社会とのつながりや生きがいを持つことの重要性（日本・沖縄）ほか



商品番号：1601610

老化と長寿の科学

感覚器の老化

SENSES

聴覚を維持している86歳のトランペット奏者が行ってきたこと（アメリカ）／聴力維持のための活動例：歌唱（カナダ）／バイアスロンで活躍できる視力を維持する68歳の選手（フィンランド）／高齢者に多い眼疾患：緑内障（スイス）／眼の健康に効果がある食品、栄養素の例（アメリカ）／複雑な嗅ぎ分けが得意な75歳の調香師（フランス）／高齢でも嗅覚を維持するには（英国）ほか



商品番号：1601611

老化と長寿の科学

容姿の老化

APPEARANCE

シワが出やすい人種、環境（アメリカ）／シワができるメカニズムを知る：光線性弾性線維症（アメリカ）／シワ改善のために効果的な成分の例：レチノール（アメリカ）／シワ改善のために効果的な食品の例：マンゴー（アメリカ）／加齢による顔のたるみを防ぐ“顔ヨガ”（カナダ）／白髪の原因と生成メカニズム（アメリカ）／AIで顔の変化を分析し健康状態を知る（中国）ほか



商品番号 1601612

老化と長寿の科学

体内臓器の老化

HEALTHY INSIDE

運動で免疫力を高める：T細胞の生成を制御するホルモンの活性化（英国）／代謝機能を向上させる運動の例：太極拳（香港）／代謝機能を向上させる食品の例：緑茶（アメリカ）／循環器系の機能が高い百寿者たちの食習慣：地中海食（イタリア）／循環器系の機能を向上させる温熱療法（英国）



商品番号 1601613

老化と長寿の科学

抗老化研究の最前線

FUTURE OF AGEING

DNA検査からわかる生物学的年齢（アメリカ）／慢性炎症の原因である“老化細胞（ゾンビ細胞）”除去の研究（オランダ）／DNAのテロメアを伸長させ細胞を若返らせる方法：高気圧低酸素治療（イスラエル）／若年血漿注入を用いた加齢性疾患の治療（アメリカ）／修道士が行うファスティング（断食）の効果（ギリシャ）／不老不死の可能性：若返るクラゲの研究（イタリア）ほか



商品番号：1601614

●このDVDは、英語音声です。日本語字幕・英語字幕、字幕なしを選択することができます。●このDVDを無断で複製（コピー）、放送、有線放送、インターネット配信（授業配信含む）、公の上映、業としての貸出し等に使用することは法律で禁じられています。

このDVDはオンライン授業など配信での
ご利用はできません。

DVDのご利用上の注意点についての詳細はこちら▶



著作権処理済商品

原版制作：©A BBC Studios Production 提供：BBC Studios

写真：©BBC Studios 2022 発行：丸善出版株式会社



著作権処理済商品

この映像資料は右記の範囲で
利用が許諾されています。

館内視聴	館外個人貸出	学外貸出
○	○	○
館内無償上映	館外団体貸出	対面授業上映
○	○	○

丸善出版株式会社 営業部

お問い合わせ・ご注文は下記までお願いします。

お客様に支えられ おかげさまで 44 年！
世界の語学教材・映像資料をお届けします

株式会社 日本外語協会

〒135-0021 東京都江東区白河 4-9-16-1503

電話 03-5646-5324 FAX 03-5646-5325

info@gaigo.co.jp https://www.gaigo.co.jp