

健康と幸せをめざすシニアライフ

— 統合医療、老化制御から生成AIに至るクロストーク —



国際医療福祉大学那須医療センター 内科学 教授

一石 英一郎 *Eiichiro Ichiishi*

座長

福澤 嘉孝

超高齢社会を迎えた我が国において、平均寿命の延伸だけではなく、健康寿命の延伸とウェルビーイング（Well-being）の実現が重要な課題となっています。従来の医療は疾病の診断・治療を中心として発展してきましたが、近年は発症前からリスクを評価し、予防・介入を行う「先制医療」の重要性が高まっています。

本講演では、予防医学、統合医療、抗加齢医学、遺伝学の知見を基盤として、シニア世代の健康と幸福を支える新たな医療の方向性について考察します。

栄養、運動、脳機能からのアプローチ、また温泉療法や文化芸術の影響、海外のトレンドの紹介を含む統合医療の知見やブルーゾーンにおける健康寿命やウェルネスに及ぼす影響を、国内外の研究成果や臨床経験を交えて紹介します。また、近年急速に発展しているジェロサイエンス（老化研究）の視点から、老化機構の理解と、その制御の可能性について解説します。

さらに、AI技術の進歩は医療の在り方を大きく変えつつあります。特に生成AIは、個人の健康情報の解析、生活習慣改善支援、認知機能維持、生涯学習、社会的孤立の予防など、多面的な活用が期待されています。本講演では、生成AIを活用した新たな健康支援モデルや、シニア世代における実践応用の可能性についても生成AIパスポート保持者として取り上げる予定です。

統合医療、老化制御、生成AIという異なる領域を横断的に捉えることで、「病気を治す医療」から「健康を創る医療」への転換が見えて来る事が期待されます。先制医療の視点から、人生100年時代を健やかに、そして幸福に生きるための知恵と実践について、参加者の皆様とともに考える機会としたいと思います。

略歴

京都府立医科大学卒業、同大学大学院修了。東京大学大学院遺伝学教室特別研究生、国立大学法人北陸先端科技大学院大学教授、東北大学大学院内科病態学客員教授、同大学先進工学研究機構客員教授（特別タスクリーダー）、おきなわ健康長寿研究開発センター長を経て国際医療福祉大学那須医療センター内科学教授。

学校法人ビューティ＆ウェルネス専門職大学客員教授

学校法人大阪観光大学沖縄キャンパス客員教授（現在休校中）

所属団体・資格等

とちぎ未来大使（栃木県）
東京兵庫県人会副会長（兵庫県）
東京京都経済人会会員（京都府）

日本内科学会、日本消化器病学会
日本消化器内視鏡学会、日本消化器がん検診学会、
日本観光士会、温泉観光実践士協会、生成AI活用普及協会、
臨床ゲノム医療学会（以上会員）、
米国ガン学会（AACR）Active Member

日本内科学会教育関連施設指導医、
日本消化器内視鏡学会指導医／専門医
日本抗加齢医学会評議員／専門医
日本統合医療学会評議員／指導医／認定医
厚労省臨床研修指導医
温泉入浴指導員（厚労大臣認可）
観光プランナー（日本観光士会）
温泉観光実践士（温泉観光実践士協会）
生成AIパスポート（GUGA）
京都府立医科大学学友会評議員

メディア・著作物等

テレビ番組「すんごい野菜の話し」（ZTVにて毎月1～15日、BSよしもとにて毎週土曜19時半～20時放送）出演中。

FM世田谷「えーろう先生の医師の上にも3年」毎月第二金曜日23時～23時半出演中

日本人の遺伝子 一石英一郎著（角川新書）、医者が教える最強の温泉習慣、一石英一郎著（扶桑社）、親子で考える「がん」予習ノート 一石英一郎著（角川新書）、最新の研究でわかった人生を支配する真実 すべて遺伝子のせいだった！？一石英一郎著（アスコム）、

「胃」を整えると自然と「不安」が消えていく 一石英一郎著（アチーブメント出版）、予防医学の名医が教える すごい野菜の話 一石英一郎著（飛鳥新社）