

2013年3月22日

株式会社栄進商事

<http://www.eishin-corp.com/>

## 野村正和先生新刊のご案内

最新研究データから見えてきたカンカの機能性  
老化防止の観点から、さまざまなメリットがある  
『若々しく120歳まで生きるヒント』が全国書店にて販売開始

新中医学研究所(三重県熊野市)所長で薬学博士の野村正和(のむらまさと)氏が、平成25(2013)年3月22日、幻冬舎より新書『若々しく120歳まで生きるヒント』を出版しました。

平均寿命よりも健康寿命の大切さを著者は訴え、「老化四重奏」とも称される細胞・血管・脳・免疫の老化を解決するヒントとして、100歳を超える健康長寿者が多く住むシルクロード長寿郷の人々が受け継いできた食材カンカを取り上げ、老けない体づくりを提案する内容となっています。

第一章では、病気や老化のための介護期間が、世界的に日本は屈指の長さであると指摘し、長寿大国とされる日本の実情は介護大国であり、健康寿命を延ばす必要があると問題提起します。

第二章では、老化にも格差があり、「老化四重奏」ともいう細胞・血管・脳・免疫の老化は、年齢ではなく、どのような生活習慣を重ねてきたかによるとして、具体的に老化を説明しています。

第三章では、老化を解決するヒントとして、100歳超の健康長寿者が多く住むシルクロード最大のオアシスで受け継がれる食材カンカを取り上げ、これまでの歴史と過酷な環境を紹介します。

第四章では、最新の学術研究データから見えてきたカンカの持つ機能性について、老化防止の観点からさまざまなメリットに言及。今の日本にこそカンカが必要であるとして、介護不要な健康寿命を延ばし、心身ともに充実した生き方を提案しています。

著者の野村氏は、中国で臨床使用されている漢方薬(垂盆草、カンカなど)の国内研究の第一人者。大阪大学大学院を修了後、国内の大学の研究員や(財)漢方医薬研究振興財団の主任研究員を経て、新中医学研究所を設立しました。第3回食品薬学シンポジウムでカンカの総説講演を行ない、カンカ人工栽培に伴う砂漠緑化が進んでいることを報告しました。



## 書籍概要

『若々しく120歳まで生きるヒント』

野村正和・著(幻冬舎 経営者新書)

新書版 158ページ

本体 740円(税込 777円)

(発売元) 幻冬舎

(発行元) 幻冬舎メディアコンサルティング

ISBN 978-4-344-99877-3