

健やかに老いるための

時間老年学

著者:大塚邦明

60万人以上の患者を診てきた著者が綴る、
新しい医学・時間老年学。

認知症をはじめとする人の老いは、「生体リズムの老い」によってもたらされることが、近年の研究からわかってきている。健康を維持し、老いのスピードを整え、病を予防し、健やかな長寿を得るために----

「生体リズムを整える方法」を説いた、医学読み物。

●目次

はじめに	第六章 人はなぜ老いるのか
第一章 時間とは何か	第七章 生体リズムが壊れてしまった大都会の住人
第二章 時間と宇宙	第八章 大都会でこそ必要とされる時間医学
第三章 生体時計が時間と寿命を支配する	第九章 生体リズムが生命の質を支える
第四章 生体時計も老化する	第十章 健康セルフケアの町をつくる
第五章 不老長寿と食のリズム	おわりに



●著者紹介:大塚邦明(おおつか・くにあき)

1948年、愛媛県伊予三島市生まれ。九州大学医学部卒業。九州大学温泉治療学研究所助手、高知医科大学老年病学教室助手を経て、1998年より、東京女子医科大学東医療センター内科教授、2008年より、東京女子医科大学東医療センター病院長。2013年3月に定年にて退任。2013年4月より、東京女子医科大学名誉教授。時間医学老年総合内科(寄附臨床研究部門)を主催。医学博士。時間医学・老年医学が専門。時間医学とフィールド医学の融合を求めている。日本循環器学会認定循環器専門医。日本老年医学会指導医。日本高血圧学会指導医。日本自律神経学会常任理事。米国ミネソタ大学Halberg Chronobiology Centerの名誉研究員。著作に『病気になるための時間医学-〈生体時計の神秘〉を科学する』(ミシマ社)、『100歳を可能にする時間医学-老化と寿命の謎を解く』(NTT出版)、『体内時計の謎に迫る~体をまもる生体のリズム~』(技術評論社)、『「時計遺伝子」の力をもっと活かす!がん、うつ、メタボも防ぐ、体内の「見張り番」』(小学館101新書)、『時間内科学』(中山書店)など。

判型:46判並製
定価:2,000円+税
頁数:264ページ
発刊:2014年4月22日
ISBN:978-4-903908-52-6 C0047
装丁:クラフトエヴィング商會

『健やかに老いるための 時間老年学』 大塚邦明	注文欄	ご注文数	冊
-------------------------	-----	------	---

ミシマ社の本の仕入方法について(基本パターン)

- 直接取引(返品可) *詳細は別途、「取引覚書」をご用意しています。
- ①掛率: 70%
- ②納品: 宅配便で直送します(送料はミシマ社負担)。
- ③返品: 随時入帳可能(送料は書店様負担)。
- ④精算: 新刊などは3ヵ月後、補充などは当月請求。
返品は受領月の請求金額から控除、控除しきれなかった場合は、
次回の請求より相殺を原則とする。
- ⑤支払: 月末締めでご請求、翌月末までのお支払い。手数料ミシマ社負担。
- 取次ルート(返品不可)
注文品のみ出荷、返品はできません。太洋社様経由で各取次へ搬入します。



【直取引メインです】

貴店名:
ご住所:
TEL:
FAX:
ご担当者: 様
通信欄