

高齢化先進国として超高齢期のあるべき生き方を実践的に研究するために、順天堂大学ジェロントロジー研究センターの前身「ジェロントロジー：医学・健康学応用講座」の医師・研究者が東急不動産HD株式会社の人たちと協力し総力を挙げて書きあげた健康長寿と幸福寿命(ハッピーエイジング)学の実践の書です。



- 序 章 「ハッピーエイジングのための老年学プロジェクト」
経緯とコンセプト
- 第1章 幸せに生きるための老年学
- 第2章 「立つ」「歩く」いちまでもリズムカルに動くために
- 第3章 ハッピーエイジングを実現する栄養とおなかの動き
- 第4章 これからの高齢者医療
- 第5章 順天堂大学の仁の医療と産学連携の未来
- 終 章 人生100年時代の生活学