

長寿の未来フォーラム

# フレイルと関係人口

「関係人口」という言葉を知っていますか？  
遠く離れていても、人は関わり合い、支え合うことができる…。  
高齢化が進む地域のなかで生まれた  
「新たな人とのつながり方」です。  
健康長寿につながるフレイル予防を紹介しながら、  
関係人口の取り組みが進む島根県よりお届けします。

2023年 3月5日 日

会場 島根県民会館 大ホール

松江市殿町158



## プログラム

開場：午後0時30分

開演：午後1時30分

### 第1部

- ・老化とフレイルの違い
- ・自己回復力 レジリエンスとは

休憩

### 第2部

- ・超高齢社会と“関係人口”
- ・つながりを生むまちづくり

終演予定：午後4時

## 出演者



パネリスト

はぎはら けいすけ

**萩原 圭祐**

大阪大学大学院 医学系研究科  
先進融合医学共同研究講座 特任教授（常勤）  
京都大学大学院 教育学研究科 特任教授（兼任）

1994年広島大学医学部 医学科卒業。大阪大学医学部附属病院 第三内科で研修。様々な臨床経験や研究歴を背景に、フレイル・少子化・がんの問題解決に取り組んでいる。フレイルにおいては、漢方である牛車腎気丸の抗フレイル効果を解明し、腎虚概念を基にした簡便なフレイルスクリーニング指標である「Japan Frailty Scale (JFS)」を開発。少子化問題では、産後うつを身体症状から診断できる、気血水の概念を基にした「Multi-Dimensional Physical Scale (MDPS)」を開発した。さらに、がんの分野では、日本で初めてがんケトン食療法の臨床研究を推進し、「日本ケトン食療法学会」を設立した。



パネリスト

おがさわら けいた

**小笠原 啓太**

ふるさと島根定住財団 地域活動支援課 主任

1983年生まれ。香川県出身で島根県松江市在住の2児の父。2005年、京都外国語大学 ブラジル・ポルトガル語学科卒業。ブラジル人材サービス業にて、事業所運営や製造現場の改善活動に11年間従事し、2016年から現職。関係人口事業を主軸とし、島根へのUターン支援、大学生の就職支援などを担当している。プライベートでは、島根で活動する人達をつなぐ会の主宰や、ブラジル人コミュニティづくりなど、活動は多岐に渡る。島根の地域現場で頑張る人たちの思いを実現させることと、子どもの成長が生きがい。



パネリスト

たなか てるみ

**田中 輝美**

島根県立大学地域政策学部 准教授【関係人口論】  
ローカルジャーナリスト

島根県浜田市出身・在住。大阪大学卒業後、山陰中央新報社に入社し、ふるさとで働く喜びに目覚める。琉球新報社との共著『環（めぐ）りの海ー竹島と尖閣』で2013年に新聞協会賞を受賞。2014年、同社を退職し、ローカルジャーナリストとして独立。著書に『関係人口をつくる』『関係人口の社会学』など。そのほか、仲間と『みんなでつくる中国山地』を創刊。2020年、大阪大学大学院 人間科学研究科 後期課程修了。博士【人間科学】。2021年より現職。



コーディネーター

みやけ たみお

**三宅 民夫**

フリーアナウンサー  
立命館大学 衣笠総合研究機構 客員研究員

1952年名古屋生まれ。1975年NHK入局。岩手、京都勤務を経て、1985年東京アナウンス室へ。『おはよう日本』『紅白歌合戦』など、さまざまな番組の進行役を担当する。その後、日本のこれからを考える多人数討論番組で長年にわたり司会をすると共に、『NHKスペシャル』キャスターとして「戦後70年」や「深海」など大型シリーズも担ってきた。2017年にNHKを卒業し、フリーに。現在は、『鶴瓶の家族に乾杯』＜総合テレビ＞の語りなどを務めている。著書に『言葉のチカラ』（NHK出版）。

【問い合わせ】NHK厚生文化事業団「長寿の未来フォーラム」係

電話 03-5728-6633(平日 午前10時~午後5時)

メール event5@npwo.or.jp ※件名に「長寿の未来フォーラム」と入れてお問い合わせください。