

## 四街道地区医師会市民公開講座

# 腸内細菌と健康・疾病

### 「元気で長生き」のための腸活とは？

私たち人間の腸には、約1,000種類、数にして100兆個の多種多様な腸内細菌がすみついています。人のすべての細胞の数倍、遺伝子レベルでは100倍以上にもなるとも言われています。このような多種多様な腸内細菌は、人類の進化とともに我々の体の一部、もっと言うと臓器の一つ、として共に進化してきました。生活の近代化にともなう腸内細菌の正常からの偏り（ディスバイオーシスといいます）が現代の多くの病気の原因であることが明らかになってきました。本講演では、健康や病気と腸内細菌の関わりの研究を紹介するとともに、良い腸内細菌を作り、維持して行く方法を考えてみたいと思います。

開催日時：

2023. **12/16** 土 **13:30~15:30**  
開場：13:00  
定員：70名

入場  
無料

場所：〒284-8555 四街道市鹿渡

**四街道市保健センター 3階大会議室**

● 開会のご挨拶：四街道市市長 鈴木 陽介氏

● 司会/閉会の辞：四街道地区医師会会長 青柳 正彦氏



所属学会ほか

演題名：腸内細菌と健康・疾病

「元気で長生き」のための腸活とは？

講師

**下条 直樹氏**

千葉大学予防医学センター 特任教授

- ・日本小児臨床アレルギー学会監事
- ・日本小児皮膚科学会運営委員・監事
- ・日本子ども健康科学会監事
- ・日本腸内細菌学会監事
- ・日本小児保健協会理事
- ・日本アレルギー疾患療養指導士認定機構理事
- ・放送大学客員教授
- ・NPO法人千葉アレルギーネットワーク理事長
- ・The Best Doctors in Japan 2022-2023 (米国ベストドクターズ社、ポストン)

略歴

- 1979年 千葉大学医学部卒業・同小児科学教室入局
- 1987年 米国国立衛生研究所Visiting Fellow
- 1989年 千葉大学医学部附属病院助手
- 1994年 国立療養所下志津病院小児科医長
- 1998年 千葉大学医学部助手
- 2013年 千葉大学大学院医学研究院小児病態学教授
- 2015年 千葉大学医学部附属病院アレルギーセンター長
- 2020年 千葉大学予防医学センター特任教授  
千葉大学医学部附属病院アレルギーセンター客員教授  
わんぱくクリニック医師

### 申し込み方法

電話かQRコードから申し込んでください。

● 申し込み期間：11月1日～12月1日



問合わせ先 **四街道市健康増進課**

☎ **421-6100**