

	実施日		テーマ	演者	
				肩書 (当時)	氏名
第1回	2016年	11/24	老いることの意味	前東京都健康長寿医療センター 研究所副所長	高橋 龍太郎先生
第2回	2017年	3/17	認知症の基礎的理解	お多福もの忘れクリニック院長	本間 昭 先生
第3回		5/29	尊厳死と安楽死	日本尊厳死協会理事長	岩尾 総一郎先生
第4回		7/13	ガンの基礎知識	赤坂AAクリニック院長	森 吉臣先生
第5回		9/13	腰痛の基礎知識-原因・治療・予防	稲波脊椎・関節病院理事長院長	稲波 弘彦先生
第6回		11/13	その肺炎 治す? 治さない?	東京都健康長寿医療センター顧問医	稲松 孝思先生
第7回	2018年	1/31	健康寿命とアミノ酸	味の素上席理事 アミノサイエンス統括部長	馬渡 一徳先生
第8回		4/5	糖尿病と生活習慣あれこれ	そねクリニック理事長	曾根 正好先生
第9回		5/9	自律神経のしくみとその障害による疾患、 対処法	東京都健康長寿医療センター 研究所研究員	内田 さえ先生
第10回		7/9	笑いの健康学 <笑って脳を活性化>	日本成人病予防協会健康管理士 日本笑い学会講師	藤井 敬三先生
第11回		9/11	認知症を受け入れよう	東京医療学院大学教授	上田 諭 先生
第12回		11/21	口から見た長生きの秘訣	東京都健康長寿医療センター 歯科口腔外科部長	平野 浩彦 先生
	実施日		テーマ	演者	
				肩書 (当時)	氏名
第13回	2019年	1/17	『人生百年時代』を生き伸びるための運動器 と運動の重要性	伊奈病院整形外科部長	石橋 英明 先生
第14回		3/1	百寿者の秘密	大阪大学人間科学研究科教授	権藤 恭之 先生
第15回		5/15	医師のトリセツ-高血圧、脂質異常を中心に	そねクリニック理事長	曾根 正好 先生
第16回		7/9	高齢者に多い泌尿器系疾患とその対策	東京都健康長寿医療センター 研究所研究部長	堀田 晴美 先生
第17回		9/11	フレイル・サルコペニアと運動 ～筋力+歩行力で生活体力をキープする	東京都健康長寿医療センター 研究所研究員	清野 諭 先生
第18回		11/28	人生百年時代を生きる ～救急医療の正しい関わり方を考える	順天堂大学浦安病院副院長・ 救命救急センター長	田中 裕 先生
第19回	2020年	1/29	心の健康に役立つマインドフルネスとは?	鎌倉マインドフルネス・ラボ代表	穴戸 幹央 先生
第20回		6/24	今なら出来る「エンディングノート作成」 と「介護施設選び」	DF会員、介護施設運営会社役員	米倉 有三 会員
第21回		8/27	お口の健康と全身疾患について	DF会員、元東京医科歯科大学臨床教 授	岩佐 俊明 会員
第22回		10/15	健康長寿新ガイドライン策定の背景 ～健康長寿社会の実現のために	女子栄養大学教授 (前東京都健康長 寿医療センター研究所副所長)	新開 省二 先生
第23回	2021年	3/20	臨床医から見た新型コロナウイルス感染症と 医療現場の現状	東京女子医科大学 東医療センター内科教授	小川 哲也 先生
第24回		12/11	高齢者うつを治す	戸田中央総合病院 メンタルヘルス科部長	上田 諭 先生
	実施日		テーマ	演者	
				肩書 (当時)	氏名
第25回	2022年	3/4	アルツハイマー病の診断、治療 の最前線	東京都健康長寿医療センター 脳神経内科部長	岩田 淳 先生
第26回		5/24	誤解だらけの腎臓病と透析	聖路加国際大学聖路加国際病院 腎センター長・腎臓内科部長	中山昌明 先生
第27回		7/15	薬食同源 食による予防医学で健康維持を担う	料理家	井澤由美子先生
第28回		10/8	自律神経を知って不調を治す	北里大学客員教授	伊藤 剛 先生
第29回		12/2	優しさを伝える技術・ユマニチュード	東京医療センター総合内科医長	本田 美和子先生