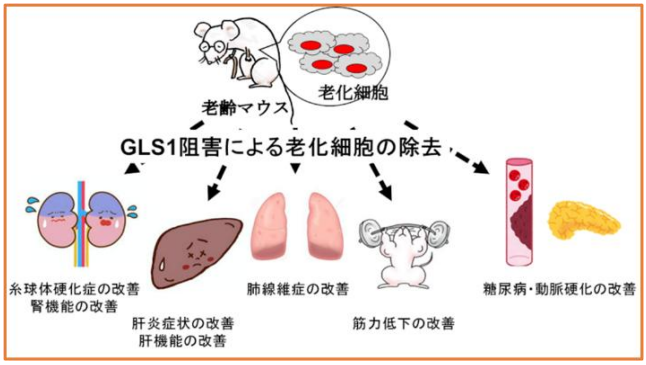
「チャレンジ！人生 120 年時代 ー 悠久の人生へ」

四万十川ウルトラマラソンには 60 ㎞のコースと 100 ㎞のコースがあります。それらに参加した 65 歳以上の女性および 70 歳以上の男性の完走率はなんと 70%以上です！

その元気の源は何でしょうか？ 健康で強靭かつしなやかな【身体】と、人生をエンジョイし、目標達成に果敢にチャレンジする【心】ではないでしょうか。私たちも【身体】と【心】をメンテナンスに気を配り、できるだけ長く、元気で充実した【悠久の人生】を送りたいものです。

実際のところ私たちはどれほど長く生きられるのでしょうか？【老化細胞の研究と老化細胞除去薬の開発】に取り組む、東大医科研の中西真教授(日本医療開発機構)は、「2050 年頃には 100 歳まで働き、120 歳まで余生を楽しめる世の中になっている可能性がある」と述べています。



【人生 120 年時代】を実際に経験するために、いま何ができるでしょうか？ 【身体】のメンテナンスが大切です。多くの方はほぼ健康で問題のない状態に見えますが、経年的には少しずつ「ほころび」が現れます。私たちみずしま検診クリニックは、お客様がご自身の健康チェックを定期的かつ継続的に受けられるようお勧めします。わずかな健康状態の「ほころび」が大きくならないようにお手伝いさせていただければと思います。

【結果報告はすばやく、リスクのある方には直ちに連絡を！】をモットーに活動しています。

医療法人社団ヘリオトロープ
みずしま検診クリニック
理事長・院長　森野 靖雄