

報道関係各位

株式会社集英社
企画編集:株式会社ユンブル

定年不調

石蔵文信 著

■新刊発売のご案内

身も心もボロボロのあなたへ

男性ホルモンの低下が問題じゃない！

しんどさの原因はこれだった

「夫源病」の名づけ親の内科・循環器専門医が解明

「定年不調」とは、仕事中心の生活を送ってきた 50～60 代の男性に見られる心身の不調を指します。ストレスフルな状況や生活環境の変化に対応できずに、体と精神が原因不明の悲鳴を上げる男性は多く、それは「男性更年期障害」による多様な不調の症候群と言えます。更年期という言葉に抵抗感を持つ人もいます。しかし男性にも更年期障害があり、その諸症状の原因は「男性ホルモンの低下が主ではない」と考える著者は、ホルモン補充療法を行わない治療を実践しています。心療内科的な立場から定年不調を見つめ、対処法を具体的に提示します。

集英社新書では 2019 年 8 月 9 日に同書籍を、また、9 月中旬に同電子書籍を発売します。貴媒体での書籍案内や著者へのご取材など、ご検討いただけますと幸いです。

■概 要

- ・書名 定年不調
- ・著者 石蔵文信
- ・定価 820 円（税別）
- ・版型 新書版 224 ページ



- ・発売 2019 年 8 月 9 日
- ・発行 株式会社 集英社
- ・ISBN 978-4-08-721086-6

■ もくじ

はじめに 「定年不調」は「男性更年期障害」

第一章 定年不調の実態は男性更年期障害—その原因と症状—

第二章 男性更年期障害の治療

第三章 定年前後のストレスケアで意識変革

第四章 妻の「夫源病」を理解できるか

第五章 男の孤独、孤立と向き合う

第六章 定年不調回避のための行動療法

おわりに 健康長寿とピンピンコロリは医学的に両立しない

■ 内 容

- ・「定年不調」は「男性更年期障害」
- ・女性ホルモンは体を守るが、男性ホルモンは守らない
- ・男性更年期障害の原因はホルモン量ではなくストレス
- ・定年不調は何科を受診すればいいのか
- ・更年期の不定愁訴は「自律神経失調症」
- ・私がホルモン補充療法をしない理由
- ・ストレスは「物理的・社会的・生理的・心理的」の4種類
- ・遅くとも57歳から意識変革と行動を開始する
- ・妻の「夫源病」を理解できるか
- ・「日本の男性は世界一孤独」という多くの報告
- ・孤独死は3日以内に見つけてもらおう
- ・定年不調回避のための行動療法
- ・健康長寿とピンピンコロリは医学的に両立しない など



画・石蔵文信氏

■ 著者プロフィール



石蔵文信（いしくら・ふみのぶ）

1955 年京都府生まれ。医学博士。内科専門医・循環器専門医・性機能専門医・超音波指導医。三重大学医学部卒業後、国立循環器病センター医師、大阪厚生年金病院内科医長、大阪警察病院循環器科医長、米国メイヨー・クリニック・リサーチフェロー、大阪大学医学系保健学准教授、大阪樟蔭女子大学教授などを経て、大阪大学大学院人間科学研究科招へい教授。2001 年に全国でも先駆けとなる「男性更年期外来」を開設。日本自殺予防学会・日本性機能学会理事、日本うつ病学会評議員、内閣府少子化対策検討会委員、吹田市（大阪府）・相生市（兵庫県）男女共同参画審議会委員等。夫の言動がストレスとなって妻の心身に生じる不調を「夫源病」と命名し、話題を呼ぶ。『夫源病』『男もつらいよ！男性更年期』『なぜ妻は、夫のやることなすことに食わないのか』等著書多数。テレビや新聞、ラジオ等に出演多数。

本件に関するお問い合わせ先

株式会社集英社

新書編集部 金井田亜希 TEL:03-3230-6392 FAX: 03-3221-4852 kanaida@shueisha.co.jp
〒101-8050 東京都千代田区神田神保町 3-13-1 <http://shinsho.shueisha.co.jp/>