

第19回 市民栄養教室 @みらい(トライアル4-4)

サルコペニア、フレイル、ロコモ

2018.2.14 WED
10:30 ~

参加費 / 無料

会場 / 東葛クリニックみらい6F

松戸駅から徒歩3分

〒271-0091

東京都松戸市本町21番地2都市総合第3ビル

概要

高齢者の低栄養が超高齢社会の 이슈といわれています。低栄養(サルコペニア:加齢に伴う筋肉量減少)が高齢者を病気にかかりやすくしたり、その病気を治りにくくしたりしています。日常的な栄養状態の改善が健康長寿の秘訣となります。それには医療者と共に栄養学を学ばなければなりません。一般社団法人 WAVES Japanは、その対策として「みらい市民栄養教室」を開催することにしました。全5回シリーズです。全課程を学ばれた方には修了証を差し上げます。今回は、第1講の「高齢者の低栄養問題」です。

一緒に、超高齢社会への挑戦をしていきましょう!

プログラム

10:15 会場

10:30 講義: 第4講「サルコペニア、フレイル、ロコモ」

11:20 質疑応答

11:45 終了

市民栄養教室@みらい

低栄養を防いでいつまでも健やかに。栄養学の知識はあなたの人生を豊かにします。

高齢者と共に栄養学の知識を身につけていただくことで、生活の質を高め、健康寿命を延ばすことができます。栄養学の知識は、あなたの人生を豊かにします。

WAVES Japan

日時: 全5回 10:30 ~ 11:45

第1回 1月10日 (8K) 「高齢者の低栄養問題」

第2回 1月17日 (8K) 「BMIとエネルギー」

第3回 1月24日 (8K) 「食生活」

第4回 1月31日 (8K) 「フレイル、ロコモ」

第5回 2月7日 (8K) 「食生活と社会」

会場: 東葛クリニックみらい6F (松戸市本町21番地2都市総合第3ビル)

参加費: 無料 (修了証を差し上げます)

主催: 東葛クリニック病院 一般社団法人 WAVES Japan

日本の高齢者の半数がさまざまな病気の原因となる低栄養のリスク(危険性)を抱えています。

WAVES Japan

参加のお申し込みはWAVESJapanの
ウェブサイトです
<http://wavesjapan.com/events/34>