

第21回市民公開講座

シルバー世代の 食事と健康 ～フレイルとサルコペニア～

フレイルとは、心身の活力が徐々に低下した状態を表した言葉です。そしてサルコペニアは、加齢や疾患により、筋肉量が減少することで、全身の「筋力低下が起こること」を指す造語です。このフレイルとサルコペニアといった、いわば「要介護の入口」ともいえる状態は、一方で、適切な介入・支援により生活機能の維持向上が可能な状態とも言えます。今回は、フレイル予防と「栄養=食べること」との関係について、当院の内科医で、日本静脈経腸学会認定医の藤澤医師より詳しくお話しします。

講師 | 内科医師 藤澤靖彦
(鶴川サナトリウム病院 内科部長・
日本静脈経腸栄養学会 認定医)

日時

2018年6月14日(木)

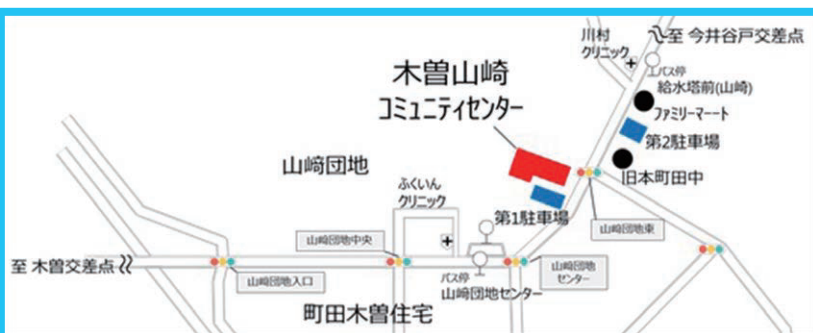
開場/午後1時45分 開演/午後2時～4時終了

会場

木曽山崎コミュニティセンター(A館ホール)

★ 町田市山崎町2160-4 神奈中バス「山崎団地センター」下車徒歩3分 / 「給水塔前(山崎団地)」徒歩8分

★ 建物前の駐車場は行政窓口に来られた方の専用駐車場です。施設利用者の方は、第2駐車場をご利用ください。なお、台数に限りがありますので出来るだけ公共交通機関をご利用ください



IMS(イムス)グループ
医療法人財団明理会



鶴川サナトリウム病院

〒195-0051 東京都町田市真光寺町197

TEL:042-735-2222(代) FAX:042-735-2264

ホームページ

<http://www.tsurusana.com>

第21回市民公開講座
シルバー世代の食事と健康 ～フレイルとサルコペニア～

申込書

鶴川サナトリウム病院 地域医療連携室宛

TEL:042-737-1257

FAX:042-735-2264

*番号の間違いにご注意ください。

氏名	
電話番号	
Email	
分類	一般 ・ 関係職 ・ その他

*関係職の方は下記にもお答えください

事業所	
職種	

※申し込み締め切りは6月13日(水)です。