

第27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12月20日(木)

開場/午後1時45分 開演/午後2時～4時終了

会場

鶴川市民センター(2階ホール)

町田市大蔵町1981-4(神奈中バス「鶴川市民センター前」下車徒歩1分)



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27回市民公開講座

～シルバー世代の食事と健康～

申込書

鶴川サナトリウム病院 地域医療連携室

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	

※申し込み締め切りは12月19日(水)です。

電話、もしくはFAXにてお申し込み下さい。
FAXの場合は「申込書」をお使い下さい。