

# 健康サポート薬局のための栄養講座

日時：2017年6月5日（月） 19時～20時30分

講師：慶應義塾大学 スポーツ医学研究センター

教授 勝川 史憲先生

テーマ：生活習慣病のエネルギー処方

高血圧、脂質異常、糖尿病などの生活習慣病の改善には、肥満の是正がきわめて大きなインパクトをもたらす。現体重の3～10%程度の減量で大きな改善が認められます。生活習慣病の食事療法では、こうした軽度の減量を達成し、長期に維持させることがまず基本となります。

生活習慣病の食事療法のエネルギー処方の基礎にあるのは、「25～30 kcal×標準体重」という糖尿病食のエネルギー処方です。しかし、このエネルギー処方には明確な根拠がなく、実際のエネルギー必要量に比べて過小な設定のため、かえって食事療法の遵守不良の原因となったり、高齢期の虚弱予防のための食事療法との分断をもたらす原因ともなっています。

本講座では、従来のエネルギー処方の歴史的背景の考察にはじまり、エネルギー必要量のエビデンス、生活習慣病予防のエネルギー処方の実践法について講演します。

主催：(社) ソーシャルユニバーシティ 薬剤師生涯学習センター

会場：薬樹株式会社 青山オフィス

〒107-0052 東京都港区赤坂 8-5-26

住友不動産青山ビル 西館 4階

最寄駅：東京メトロ銀座線 半蔵門線／都営大江戸線

「青山一丁目駅」4番南出口より（徒歩3分）

東京メトロ千代田線

「乃木坂駅」1番出口より（徒歩4分）

申込先：(社) ソーシャルユニバーシティ

## 【申込方法】

ホームページ → <http://social-u.or.jp>

「イベント・講座お申込み」よりお申し込み下さい

## 【問合わせ先】

1. ホームページ：お問い合わせフォーム
2. 電話：03-5413-8922（受付時間：月曜～金曜 9時～17時）

申込締切：2017年6月2日（金）18時まで

参加人数：100名（定員になり次第締め切りますので、お早めにお申し込みください）

参加費用：1,000円／人