

# 健康サポート薬局のための栄養講座

日 時：2018年3月12日（月） 19時～20時30分

講 師：筑波大学大学院 人間総合科学研究科 生涯発達専攻  
准教授 山田 実先生

テーマ：「フレイル」・「サルコペニア」に対する栄養・運動療法の基本的な考え方

我が国の高齢化率は27%を超え、未曾有の超高齢社会を突き進んでいる。そして、この高齢者人口の増加は、種々の健康障害や要介護認定者の増加、さらに医療費・介護給付費の高騰などを引き起こしており、この傾向は今後さらに強まることが予想されている。このような中で、最近着目されている用語に「フレイル」や「サルコペニア」がある。これらはいずれも要介護への進展リスクを高める主要な危険因子と位置付けられ、これらの予防や改善に向けては非薬物療法としての『栄養』や『運動』が有用とされる。本講座では、フレイルやサルコペニアの基礎的情報とその対策方法について解説する。

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：一般社団法人 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：2018年3月9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