

タンパク質

私たちの身体を作る栄養素のおはなし

【後半編】低栄養・サルコペニア・フレイル予防

担当：管理栄養士 濱田

歳を重ねるにつれて、「体力が落ちた」「食が細くなった」と感じることはありませんか？体力の低下や食事量の減少・栄養バランスの不良が続くと、低栄養・サルコペニア・フレイルといった、介護が必要な状態に移行していくリスクが高まります。今回は、低栄養などの予防に関する内容を食事の面からお話します。

日時：2022年9月17日（土）13：45～14：15

（受付13：30～13：45）

場所：スポーツ・栄養クリニック6F 通所リハビリセンター

料金：無料

参加ご予約方法：クリニック受付へお申し出ください

お問い合わせ：スポーツ・栄養クリニック

092-716-5550

2022.09.17

