

# 第47回食事支援をしましょう会のご案内

いつも多数のご参加をいただきありがとうございます。

令和元年度3回目の食事支援をしましょう会となります。広島県は健康寿命が全国的にみて低く、特に県北は低いといわれています。最近では要介護になる前段階のフレイルに注目が集まり、国の施策にも重点が置かれるようになりました。前回は高齢者の栄養の特性と高齢者が陥りやすいフレイル予防に焦点を当てて勉強してきましたが、今回は引き続きフレイル予防の運動と栄養について、より実際的な内容で勉強したいと思っています。

多数のご参加をお待ちしております。

## 記

日時 令和2年2月20日(木) 午後19:00~21:00

場所 三次市生涯学習センター 2階 講義室

広島県三次市十日市東三丁目14番25号 0824-64-1088

## 内容

### 1. フレイル予防の運動と体験

講師：片山 一洋氏 (介護老人保健施設あさぎり 理学療法士)

### 2. フレイル予防の栄養(試食有)

講師、調理：モグラ探偵団 (備北地区の管理栄養士有志)

参加費 無料

締め切り： 2月16日(日) 参加はファックスで申し込んでください

主催 三次市歯科医師会

担当 安井良一 (子鹿医療療育センター)

申し込み・問い合わせ先 Faxのみ 0824-62-1933

所属 ( )

参加者氏名

( )	、職種：	( )	( )	、職種	( )
( )	、職種：	( )	( )	、職種	( )
( )	、職種：	( )	( )	、職種	( )
( )	、職種：	( )	( )	、職種	( )
( )	、職種：	( )	( )	、職種	( )