

シニア食育講座のご案内

主催 公益財団法人 すこやか食生活協会

我が国は、65歳以上の高齢者の割合が、現在の4人に1人から10年後には3人に1人へと、超高齢社会を迎えようとしています。

こうした中で、高齢者が健康を維持していくためには、適切な食生活と運動の2つの柱が必須であり、今回は国立健康・栄養研究所の研究者である山田陽介先生から高齢者が身体機能を維持するための運動の有用性などに関する研究成果を紹介いただきます。

また、これからの介護食品のあり方などについて有識者会議を設け検討を続けた結果を取りまとめ、運用が開始された「スマイルケア食」の普及・推進について農林水産省から紹介いただきます。

1. 日 時 平成29年2月24日（金）14：00～16：30（開場13：30）

2. 場 所 製粉会館 5階 会議室

東京都中央区日本橋兜町15-6

東京メトロ茅場町駅（東西線・日比谷線）1番、2番、12番出口から
徒歩2分

3. プログラム

14：10～15：30

サルコペニアやフレイルを予防する身体活動と食事

講師：国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所

国立健康・栄養研究所 基礎栄養研究部 エネルギー代謝研究室
研究員 山田 陽介 氏

15：40～16：25

スマイルケア食の普及・推進について

講師：農林水産省 食料産業局 食品製造課

課長 神井 弘之 氏

4. 受講料 無 料

5. 申込方法 「参加申込書」を当協会あてにFAX（03-5641-5312）

またはメール（hirashima@sukoyakanet.or.jp）で送信して下さい。

電話でも受け付けます。受講票は送付しませんので、ご了承下さい。

6. 連絡先 公益財団法人 すこやか食生活協会

TEL 03-5641-5311 FAX 03-5641-5312

「シニア食育講座」参加申込書

FAX 03-5641-5312 (すこやか食生活協会)

氏名	団体・会社名		役職名
住所	(〒 -)		
TEL		FAX	
E-mail			

講演概要

1. サルコペニアやフレイルを予防する身体活動と食事

講師：山田陽介 (やまだ ようすけ)

国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所

国立健康・栄養研究所 基礎栄養研究部 エネルギー代謝研究室 研究員

概要： 65歳以上人口は、平成25年に3186万人になり総人口に占める割合は25%を超えました。高齢期においては、65～74、75～84、85歳以上と年齢を重ねるにつれて、骨格筋量や筋力、ならびに、認知機能や身体機能の低下の速度が大きくなることが知られています。骨格筋の加齢変化をサルコペニア、高齢者が寝たきりになる総合的なリスク(脆弱性)をフレイルと呼びます。2016年10月には、国際疾病分類(ICD-10)にサルコペニアという言葉が収録され、診断およびその療法が可能になってきました。本講演では、サルコペニアやフレイルを予防する身体活動と食事について紹介します。

.....

2. スマイルケア食の普及・推進について

講師：神井 弘之 (かみい ひろゆき)

農林水産省 食料産業局 食品製造課 課長

概要： 噛むこと・飲み込むことなどの「食機能に問題がある方」向けの食品だけでなく、そうした機能に問題はないものの、健康な体を維持し活動するために「栄養補給を必要とする方」向けの食品を含めて整理した「新しい介護食品(スマイルケア食)」が親しみやすく、使いやすいものとなるように普及に取り組んでいるところです。こうした新しい介護食品(スマイルケア食)の取組について紹介します。

製粉会館への案内図

〒103-0026 東京都中央区日本橋兜町15-6

○東京駅八重洲 北口から(さくら通り)を徒歩で約15分。

○地下鉄日比谷線1番、2番出口から約2分又は東西線12番出口から約1分。



