

○平成28年度のシニア食育セミナーの開催状況

開催日：平成29年2月24日（金） 於：製粉会館会議室 （参加者59人）

（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

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： 高齢期においては、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。こうした骨格筋の加齢変化や寝たきりになる総合的なリスクを予防する身体活動と食事について紹介した。

（2）スマイルケア食の普及・推進について

講師：神井 弘之

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）」の普及の取組について紹介した。