

みんなの健康講座

食欲…臨床栄養学最前線について サルコペニア《筋肉量の減少》とは…

平成25年1月19日(土) 午後1時30分～
講師 横浜新緑総合病院 院長 標葉(しねは) 隆三郎

腹が減っては戦が出来ないように、動かなくなって食が細くなると、筋肉が少なくなってふとんから起きられなくなり、寝たきりになってしまいます。これを防ぐには食の工夫と筋トレです。食欲・睡眠・疲労の話題を取り上げながら「サルコペニア」を解説します。



- ◇参加費 無料
- ◇会場 十日市場地区センター 2階 中会議室 (十日市場駅徒歩5分)
※ 駐車場はありませんので、電車・バス等をご利用ください。
- ◇お申込み・お問合せ 地域医療連携室
直通 045 (984) 6216
代表 045 (984) 2400
- ◇当日参加も可能です。座席を準備いたしますので、お申込みをお勧めします。

2月のみんなの健康講座は 2月23日(第4土曜日) 開催
シリーズ糖尿病 『糖尿病の合併症 ～腎臓のはなし～』

講師：横浜新緑総合病院 糖尿病専門外来 小橋 京子医師