

医師が執筆する「パワーアップ！食と健康(第8回)」 吉田貞夫先生が「高齢者に必要な栄養素と摂取法」について解説

株式会社ファンデリー（代表取締役 阿部公祐 以下、当社）が運営する、医師による Web メディア「パワーアップ！食と健康(第8回)」を6月28日（水）に掲載いたします。

当社は、一人でも多くの方に健康的な毎日を過ごしていただくため、低栄養・フレイル・サルコペニアの予防・対策に関して、医師による食と健康法をアドバイスする Web メディア「パワーアップ！食と健康」を運営しております。

本日、第8回『日々の食事・栄養が超高齢社会の日本を救う??』を配信いたします。今回は、医学博士 吉田貞夫先生が、フレイル・サルコペニア予防のために重要な栄養素と効率の良い摂取法、サルコペニアの方が腎機能の低下に気づきにくい理由と注目すべき検査項目について解説しています。加齢と共に、フレイル・サルコペニアのリスクはもちろん腎臓病のリスクも高まるため、重症化する前に知っておきたい内容です。

当社は、「パワーアップ！食と健康」を通して、低栄養・フレイル・サルコペニアの予防と対策について情報を発信し、健康的な毎日を応援してまいります。

■「パワーアップ！食と健康」の概要



The banner features a blue background with a white grid pattern. On the left, there is an illustration of a male doctor in a white coat and blue tie, pointing upwards with his right hand. The text '医師がアドバイス!' is written in white on a blue banner above him. To the right, the text '第2・4水曜日更新' is in white on a blue banner, and the 'mealtime' logo is in red. The main title 'パワーアップ！食と健康' is in large green and black characters. Below it, three blue banners contain the terms '低栄養', 'フレイル', and 'サルコペニア'. At the bottom, a green banner reads '「予防」と「対策」で健康的な毎日を'. On the far right, there is a small circular icon of a person sitting at a table.

更新日：毎月2回(第2・第4水曜日)
次回は2023年7月12日(水) 13時
URL：<https://powerup.mealtime.jp>
執筆者：ちゅうざん病院 副院長
沖縄大学 客員教授
金城大学 客員教授
医学博士 吉田 貞夫先生

テーマ(第8回)：『日々の食事・栄養が超高齢社会の日本を救う??』

【本件に関するお問い合わせ】

株式会社ファンデリー MFD 事業部バリューイノベーションG 管理栄養士 原田 侑奈

TEL：03-5249-5125 FAX：03-5249-0606 E-mail：info@mealtime.jp

■数値改善を実現させる『ミールタイム』 <https://www.mealtime.jp/>



経歴：筑波大学医学専門学群卒業

筑波大学大学院博士課程
医学研究科修了

日本学術振興会特別研究員、
PEG ドクターズネットワーク理事、
日本栄養経営実践協会理事、
日本臨床栄養代謝学会指導医