

さああなたも  
今すぐ達人に!

# フレイルを制する者



# 介護予防を制する!!



第

27

回 岩手県立中央病院糖尿病ネットワーク勉強会

フレイルという言葉、みなさんはお聞きになったことがありますか？

年齢を重ねることによりこころやからだが古い衰えた状態のことを指します。

実は、**高齢者のフレイルは生活の質を落とすだけでなく、さまざまな合併症を引き起こす危険がある**んです！でも、**早く介入して対策を行うことで元の健常な状態に戻る可能性もある**んです！

今回の勉強会では、今すぐ始められるフレイル対策や高齢者にありがちな疾患に合わせた上手なたんぱく質の摂り方、高齢者の運動量に最適な食事についてご紹介します。

ぜひお越しください！

## 2月27日

2020年 日（木）19時～20時

会場：岩手県立中央病院 4階大ホール

対象者：糖尿病治療に携わる医師、看護師などの医療従事者  
糖尿病患者に関わるケアマネージャー、訪問看護師、  
介護福祉士などの介護従事者

参加費無料／事前申込不要／当日は直接会場にお越しください

内容

講義

1

【当院 理事 糖尿病・内分泌内科 菅原 隆】

フレイルの定義やフレイルによっておこる合併症、  
予防対策についてわかりやすく ご紹介します。

講義

2

【当院 栄養管理科次長 管理栄養士 堺田 和歌子】

フレイル対策の運動に最適な食べ物や腎機能が  
悪い方向へのたんぱく質の摂り方などをご紹介します。

お問い合わせ

岩手県立中央病院

糖尿病・内分泌内科外来

☎019-653-1151(内線2157)

- 糖尿病診療に携わる方、又は興味のある方など職種を問わず参加いただけます。
- 岩手県医師会生涯教育講座1単位の認定申請を行っております。
- 当院駐車場をご利用の方には無料駐車券をお渡しいたします。