

高齢者のおよそ半数に低栄養のリスクがあります。正しい栄養の知識はあなたの人生を豊かにします。

約70名の医療人が  
高齢者の低栄養を予防するイベントを  
あなたの町で開催します!

元気に  
食べて  
ますか

@加古川 S開催

ニッケパークタウン 1Fセンタープラザ

2019年 **12月14日** (土) 13:30~15:30

病院や介護施設で栄養ケアに取り組む医療人が集結し、市民の皆さまに低栄養の知識と栄養ケアの大切さを直接伝える交流イベントを開催します。「元気に食べてますか?」と名づけたこのイベント、のぼり旗を手にした揃いのオレンジ・ユニフォームの医師、歯科医師、薬剤師、看護師、管理栄養士などの医療人たちが、各種のツールで栄養チェックを行います。参加者には各種の栄養補助食品を無料配布します。

主催：一般社団法人WAVES Japan

WAVES Japan

# 栄養を幸せのちからに。

## 低栄養とは

低栄養とは健康なからだを維持し生活するのに必要となる栄養素が不足している状態です。飽食と言われる時代ですが日本の高齢者の2割が低栄養であり、およそ半数に低栄養のリスクがあると言われています。低栄養は高齢者にみられる多くの病気の原因となるばかりでなく、骨量や筋肉量、免疫力や体力、気力、認知機能などの低下を招き介護が必要になったり、寝たきりや死に至ったりする危険性を増加させます。



## 低栄養は正しい知識を持つことで 予防できます。

低栄養が進み、状態が悪くなってから入院する患者さんをわたしたちは数多くみてきました。病院へ来られる前に何とかして低栄養を予防しなければならない。

わたしたち医療人の切実な思いがこの活動の原点にあります。

## あなたの町に『元気に食べてますか?』の 声が響き渡ります。

低栄養を知ってもらい、正しく予防することで、皆さんの健康維持と増進につとめたい。社会に貢献したいと願う医療人の活動です。



詳しくはホームページを  
ご覧ください

<https://wavesjapan.or.jp>



## 元気に食べてますか? @加古川

会場：ニッケパークタウン 1Fセンタープラザ

開催日程：2019年 12月 14日(土)

開催時間：13:30~15:30

ご参加は無料です。



WAVES元気に食べてますか?@加古川実行委員会  
実行委員会事務局 辰巳

電話:080-2472-7606 ※平日17:30~20:30 メール:waveskakogawa@gmail.com