

報道関係各位

無料で学べる【医療法人医誠会】第141回オンライン公開医学講座

～年代別で学ぶ！ 必要な栄養素と上手な食事の摂り方～

医療法人医誠会（大阪府大阪市 代表者：谷幸治）では、第141回オンライン公開医学講座「年代別で学ぶ！ 必要な栄養素と上手な食事の摂り方」を2023年4月7日(金)にオンラインで配信いたします。

【日時】

2023年4月7日（金） 14:00～約30分

【対象者】

どなたでも、無料でご参加いただけます

【内容】

肥満や生活習慣病予防のために食事に気を使っている方は多くいるかと思えます。

10～20代の方はスタイル向上のため、ダイエットに励んだり、30～50代の方は「若い頃と食べる量は変わっていないのに太る」など体重増加が気になる一方、60代以上の方は生活環境や嗜好・身体の変化によって食事量が低下し、低栄養や加齢により心身が老い衰えた状態「フレイル」など新たな問題点も出てきます。

今回は年代別に必要な栄養素、上手な食事の摂り方についてご紹介します。

【開催形式】

ZoomウェビナーとYouTubeからご視聴できます。

■Zoom視聴方法（事前申込が必要です）

<https://bit.ly/3XUmeEU>

■YouTube視聴方法（講座開催日に一番上の動画をクリックするだけ）

<https://youtu.be/Sq0MOVRhz-A>

【講師】

医誠会病院 栄養管理部 谷口 由佳理 管理栄養士

トータルヘルスケアサービス
ホロニクスグループ Presents

オンライン公開 **医学** 講座 第141回

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS



年代別で学ぶ！
必要な栄養素と
上手な食事の摂り方

4月7日（金） 14:00～

事前申込制

zoom & YouTube 配信



医誠会病院 栄養管理部

谷口 由佳理 管理栄養士

当プレスリリースURL

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000007.000116601.html>

医療法人医誠会のプレスリリース一覧

https://prtimes.jp/main/html/searchrlp/company_id/116601

【本件に関する問い合わせ先】

医療法人医誠会 医療広報部／川寄三紀

koho@holonicsystem.com
