

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。



つなぐ歴史 かがやく絆 こうふ開府500年

**約80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**

**@甲府 S開催**

**山梨県立図書館イベントスペース**

**2019年 11月4日 (月・祝) 13:00~15:00**

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

後援：山梨県、甲府市、山梨県医師会、山梨県歯科医師会、  
山梨県看護協会、山梨県病院薬剤師会、山梨県理学療法士会、  
山梨県作業療法士会、山梨県言語聴覚士会、山梨県栄養士会

こうふ開府500年企画提案事業

**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してきました。**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? @甲府

会場：山梨県立図書館イベントスペース

開催日程：2019年 11月 4日(月・祝)

開催時間：13:00~15:00

ご参加は無料です。



WAVES元気に食べてますか?@甲府実行委員会 事務局 山本貴子

電話:080-6707-3344(優先)、055-215-2893

メール:nst-yamanashi@triton.ocn.ne.jp