



第4回CKD健康セミナー

～「自立する健康」について考える～

フレイル

Frailty 「虚弱・老衰」

サルコペニアに

Sarcopenia「骨格筋量・筋力低下」

ならないために

2019年

11月10日 日 13:30～16:30

【受付開始:13:15～】

参加費無料

定員 **70** 名

お一人様でも
お申込みできます

会場:ウインクあいち13階 特別会議室「1301」

名古屋市中村区名駅4丁目4-38 TEL:052-571-6131

「医師の立場から」

第1部

講師 春日 弘毅 先生
(医療法人偕行会 名古屋共立病院 副院長)

「管理栄養士の立場から」

第2部

講師 平賀 恵子(管理栄養士) 先生
(社会医療法人名古屋記念財団新生会第一病院 臨床栄養科 科長)

「健康運動指導士の立場から」

第3部

講師 森 敏彦 先生
(医療法人偕行会 ウェルネスセンター 健康運動指導士)



主催・お申込み・お問い合わせ:NPO法人CKDキャリアネット

後援:一般社団法人 愛知県腎臓病協議会/NPO法人 名古屋市腎友会

TEL・FAX 052-806-5422 Eメール info@npo-ckd.xsrv.jp

～フレイル・サルコペニアってなに？～

一般的に、「フレイル」とは加齢により心身が老い衰えた状態のことをいいます。また、「サルコペニア」とは加齢や疾患により筋肉量が減少することをいいます。

本セミナーでは医師・管理栄養士・健康運動指導士の先生方がそれぞれの立場から「フレイル・サルコペニア」にならない為にはどうするべきかを学び、アドバイスを頂きます。

セミナー プログラム

第1部 13:30 ～ 14:15

腎臓内科医の春日先生に医学的見地から
フレイル・サルコペニアについてお話を頂きます。

第2部 14:15 ～ 15:00

管理栄養士の平賀先生に栄養学の見地から
フレイル・サルコペニアの予防についてお話を頂きます。

第3部 15:15 ～ 16:00

健康運動指導士の森先生にフレイル・サルコペニアを
日常的にできる運動でどう予防するかお話を頂きます。

質疑応答 16:00 ～ 16:20



【申込方法①】

下記の電話番号へお電話ください。
※参加日・氏名・連絡先・参加人数をお伝え下さい。

TEL:052-806-5422

(CKDキャリアネット 担当:鈴木)



【申込方法②】

参加日・氏名・電話番号・参加人数を
下記アドレスへメール送信ください。

E-mail:info@npo-ckd.xsrv.jp

(CKDキャリアネット 担当:鈴木)



【申込方法③】 下記に必要事項をご記入の上、FAXをお送りください。

11/10 第4回CKD健康セミナー 申込書

【FAX(NPO法人CKDキャリアネット):052-806-5422】

氏名 ※複数名での申込の場合は代表者名のみ	※複数名での参加の場合のみ記入 名
電話番号(代表者のみ)	

【申込方法④】

右のQRコードを読み込み、必要事項を入力の上、送信してください。



【セミナーに関する注意事項】

- ・定員になり次第、予告なく受付を終了する場合があります。予めご了承ください。
- ・申込に際し頂戴する個人情報は本セミナー以外の活動で使用することはございません。

【お問い合わせ・セミナー運営事務局】

〒468-0009

名古屋市天白区元植田1-2409-6

NPO法人 CKDキャリアネット

TEL・FAX: 052-806-5422

(平日: 9時～17時)