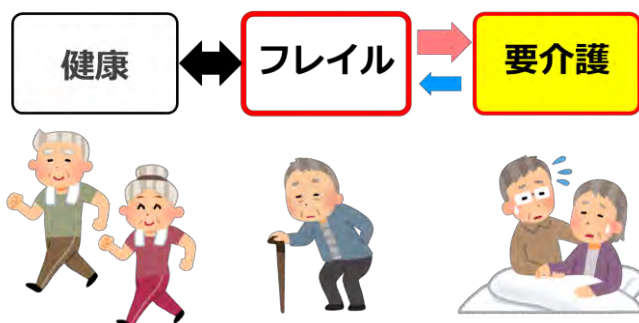


# 『透析患者さんのフレイルと栄養対策』

【開催日】2022年10月7、8、14、15日 【参加者】42名

## 今回のテーマ「フレイル」とは？

心身ともにストレスを跳ね返す力が落ちている状態です。フレイルの進行により、要介護となる危険が高くなります。フレイルの原因は加齢、慢性疾患（透析患者など）であり、透析患者さんは特に注意が必要です。



教室ではフレイル予防と改善のための「**低栄養・口腔機能低下・運動機能障害**」についてお話をさせていただきました。しっかりと必要な栄養を摂ること、お口の健康、筋肉を維持することが重要です。元気な透析生活を送るため、明日から実践できるフレイル対策を始めていきましょう！

来年度もテーマを変えて栄養教室の開催を予定しています。皆さまのご参加を心よりお待ちしております。