



平成30年11月20日

<タイトル> 「高齢期の食を考えるつどい」の開催について

高齢期において健康寿命を延伸し、フレイルや要介護状態からのリスクを下げるには、低栄養状態を予防・改善することが重要です。

そこで、広く市民のみなさまに理解を深めていただくため「高齢期の食を考えるつどい」を次のとおり開催します。

<日時> 平成30年12月9日(日) 時間 10:00~12:30

<会場> トキのむら元気館

<内容> 9:30~ 受付

10:00 開会

10:10 第1回元気100歳いいねかっちゃ弁当コンテスト表彰
最優秀賞・優秀賞・佐渡市長賞

10:30 講演「高齢期の食～元気100歳をめざして!!～」

講師：佐渡総合病院 外科部長 親松 学 先生

11:45 第1回元気100歳いいねかっちゃ弁当コンテスト
最優秀作品試食会（限定120食）

12:15 佐渡市介護予防体操紹介

12:30 閉会

* 別添のチラシもご参照ください。

本件についての問合せ先

佐渡市役所 高齢福祉課 高齢福祉係

担当：飯田

電話(直通)0259-63-3790