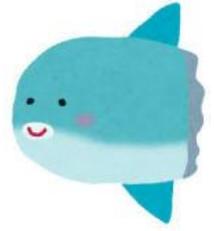


まんぼう通信



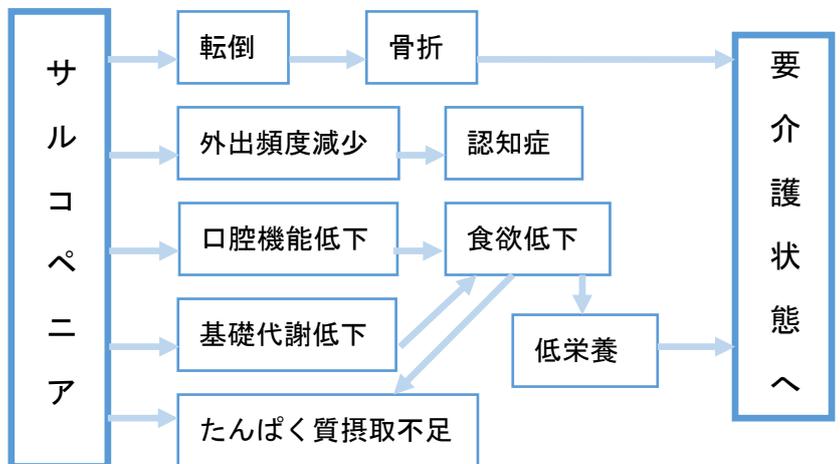
平成28年4月1日 No.18

皆さま、こんにちは！！今年は何心での✽開花宣言✽が早かったせいか、例年より春の訪れを早く感じることができました。今年度も気持ち新たに事業所一同励んで参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

さて、皆さまはサルコペニアという言葉を知っていますか？前回のフレイルに続き難しい言葉…！？しかし、これらは在宅医療の現場においても今注目されている言葉なのです！！高齢化に伴い、栄養管理や食支援が必要な方の割合が急増しています。食が細くなったことや気軽に食べることを理由に菓子パンやインスタント食品を好む高齢者も増えています。食べることは個人の価値観によって異なり、長年の生活習慣により作られてきたものです。急に変わることは難しいかもしれませんが、少しでも見直すきっかけになればと思い、今回ご紹介させて頂きました。

サルコペニアは要介護状態への入口

サルコペニアとは「**加齢に伴い生じる筋肉量・筋力の低下**」と言われています。サルコペニアに陥ると様々な症状をきたすことが知られています。皆様は大丈夫でしょうか？サルコペニア予防の為に運動や栄養管理を見直してみませんか？運動や栄養管理の詳しい方法については、次号にてご紹介致します。



当財団の第3回合同研修会を3/19・20、気仙沼プラザホテルにて開催致しました。3事業所（福島：南相馬、岩手：宮古山田、宮城：気仙沼）の取り組み、シンポジウムでは村岡外科クリニック村岡先生にもご講演頂きました。今後も気仙沼の皆様と共に成長していける事業所を目指しております。どうぞよろしくお願いいたします。



しつれ梅 in 気仙沼

一般財団法人訪問リハビリテーション振興財団
気仙沼訪問リハビリステーション
TEL : 0226-25-8323 FAX:0226-25-8324

