

シリーズ「100歳まで元気に健康長寿をどう生きるか」
～フレイルの予防と対策

第3回「オーラルフレイル」と戦って 食べて、味わって楽しい健康長寿を!

人生100年と言われる時代、長い人生を楽しむには、健康寿命（心身ともに自立した活動的な状態で生存できる期間）をできるだけ伸ばす健康づくりが重要です。

本シリーズでは、健康寿命延伸の妨げとなる要因として注目される「骨粗しょう症」とフレイル（身体・認知機能の低下）の今からできる予防策を皆さんで考えていきたいと思えます。

参加費
無料

日時

2024 (R6) 年 **10** 月 **17** 日 **木**

14:00~17:00 予定 *開場13:30

会場

TKPガーデンシティPREMIUM神保町
プレミアムガーデン(中ホール)

東京都千代田区神田錦町3-22 テラススクエア 3階

定員

200名(先着順) ※後日、オンデマンドにて配信予定



主催者挨拶

こころとからだの元氣プラザ 統括所長 **中村 哲也**

プロローグ

講演

講演



「おいしく食べて、
100歳まで健康に」

寺本 民生 先生

帝京大学臨床研究センター センター長
こころとからだの元氣プラザ 理事



「オーラルフレイルをご存じですか
～3学会合同ステートメントから～」

平野 浩彦 先生

東京都健康長寿医療センター
歯科口腔外科部長(診療科長)



「歯科から診る!
ライフステージに即した食支援」

寺本 浩平 先生

医療法人社団 LSM
寺本内科・歯科クリニック理事長

質疑応答・対話

座長: 寺本 民生 先生

お申込みは、こちらの二次元コードから
アクセスしてお申込みください▶▶▶▶



主催 一般財団法人 **東京顕微鏡院** / 医療法人社団 **こころとからだの元氣プラザ**

後援 厚生労働省、東京都、 健康日本21推進全国連絡協議会、日本医師会、東京都医師会、
日本歯科医師会、東京都歯科医師会 (予定)

