

# 低栄養・フレイル・サルコペニアを「食事」で予防・対策 医師がWeb連載する「パワーアップ!食と健康」3/8スタート

株式会社ファンデリー（代表取締役 阿部公祐 以下、当社）は、医師推奨による、低栄養・フレイル・サルコペニアの予防・対策のための健康法を紹介するWebメディアを3月8日（水）より開設いたします。

当社は、一人でも多くの方に健康的な毎日を過ごしていただくため、低栄養・フレイル・サルコペニアの予防・対策に関して、医師による食と健康法をアドバイスするWebメディアを3月8日（水）より開設します。

2019年の国民健康・栄養調査<sup>※1</sup>によると、低栄養傾向(BMI 20以下)の割合は65歳以上の男性で12.4%、女性では20.7%、さらに85歳以上の男性で17.2%、女性では27.9%と年齢とともに高くなっています。低栄養は身体の機能が低下する「フレイル(虚弱)」や筋肉量が減少する「サルコペニア」を引き起こすため、それらの予防・対策は、重要な課題となっています。また、インターネットの普及により、手軽に様々な情報を得ることができる一方、正しい情報を見つけ出すことが難しく、間違った健康法を実践したり、広めてしまうリスクも増加しております。

本Webメディアでは、食事と健康の分野に造詣が深い医師が推奨する健康法を、分かりやすくご紹介いたしますので、ご自身だけでなく、ご家族も安心して活用いただけます。

当社は、「パワーアップ!食と健康」を通して、皆様に役立つ情報を発信し、健康で楽しい食生活を実現してまいります。

※1 「国民健康・栄養調査」(厚生労働省) 2019年

## ■「パワーアップ!食と健康」の概要



医師がアドバイス!

第2・4水曜日更新

mealtime®

# パワーアップ!食と健康

低栄養 フレイル サルコペニア

「予防」と「対策」で健康的な毎日を

開設日：2023年3月8日(水) 10時

更新日：毎月2回(第2・第4水曜日)

タイトル：「パワーアップ!食と健康」

URL：<https://powerup.mealttime.jp>

執筆者(第1回)：東京慈恵会医科大学客員教授  
医学博士 横田 邦信先生



現職：東京慈恵会医科大学 客員教授、医学博士。  
専門は臨床糖尿病学、  
循環器内科学（特に高血圧）。  
日本糖尿病学会功労学術評議員、同学会糖  
尿病専門医、日本生活習慣病予防協会理事、  
日本医師会認定産業医、慈恵医師会理事、  
関東信越厚生局東京事務所保険指導医。

## 【本件に関するお問い合わせ】

株式会社ファンデリー MFD 事業部バリューイノベーションG 管理栄養士 原田 侑奈

TEL：03-5249-5125 FAX：03-5249-0606 E-mail：[info@mealttime.jp](mailto:info@mealttime.jp)

■数値改善を実現させる『ミールタイム』 <https://www.mealttime.jp/>