

医師が執筆する「パワーアップ! 食と健康(第11回)」 岡田晋吾先生が「年齢を重ねても健康でいるためのコツ」を解説

株式会社ファンデリー（代表取締役 阿部公祐 以下、当社）が運営する、医師による Web メディア「パワーアップ! 食と健康(第11回)」を8月9日（水）に掲載いたします。

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「パワーアップ! 食と健康」を運営しております。

本日、第11回『楽しく食べて歩いて話すことが健康の源』を配信いたします。今回は、消化器外科医としてご活躍された後、北美原クリニックを開業され、在宅医療にも取り組まれている岡田 晋吾先生にご執筆いただきました。疾病を持ちながらも元気に過ごす患者様の共通点や、岡田先生ご自身が食生活で実践していることをご紹介します。

■「パワーアップ! 食と健康」の概要



The banner features a blue background with a white grid pattern. On the left, there is an illustration of a male doctor in a white coat and glasses, pointing upwards. The text is primarily in green and white. At the top left, it says '医師がアドバイス!' (Advice from a doctor!). In the top right, there is a 'mealtime' logo. Below that, it says '第2・4水曜日更新' (Updated on Wednesdays of the 2nd and 4th). The main title is 'パワーアップ! 食と健康' (Power Up! Food and Health). Below the title, there are three blue circular icons with white text: '低栄養' (Low nutrition), 'フレイル' (Frailty), and 'サルコペニア' (Sarcopenia). At the bottom, it says '「予防」と「対策」で健康的な毎日を' (Healthy daily life with 'prevention' and 'countermeasures').

更新日：毎月2回(第2・第4水曜日)

次回は2023年8月23日(水) 13時

URL：<https://powerup.mealtime.jp>

執筆者：北美原クリニック 岡田 晋吾 先生

テーマ(第11回)：『楽しく食べて歩いて話すことが健康の源』



経歴：防衛医科大学校医学部卒業
防衛医科大学第一外科入局
公立昭和病院外科
岩手医科大学第一外科入局
函館五稜郭病院外科医長
同外科科長
北美原クリニック開業

【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@mealtime.jp

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