

## 医師が語る「食べることは生きること」

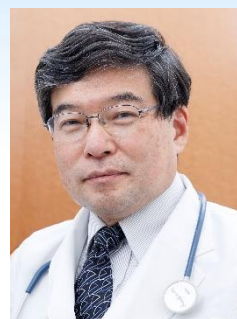
～なぜ「食べること」が大切なのか。

## 加齢と消化・嚥下機能の関係～

平均寿命は延びたというけれど「いつまでも元気でいたい」と誰もが思っていることではないでしょうか？ 今回の講座では、南大沢メディカルプラザほか複数のクリニックを運営されている医療法人社団めぐみ会の理事長 田村 豊 先生より『**食べることの大切さ**』について医師の立場からお話いただきます。

なぜ「食べること」が大切なのか

- ・ 加齢による食欲・消化機能の変化
- ・ 「低栄養」「フレイル」「サルコペニア」との関連
- ・ 嚥下(えんげ)障害がもたらすリスク(誤嚥性肺炎など)
- ・ 口から食べることが「生きる意欲」「社会参加」につながる



医療法人社団めぐみ会 理事長

田村 豊 医師

日 時 令和8年2月21日(土) 午後2時～3時30分

場 所 南大沢市民センター会議室1

(南大沢駅 南大沢総合センター3階)

申 込 **入場は無料**ですが、参加には電話・住民協議会のホームページからの**事前申し込みが必要です。**

締 切 先着順で受け付けますが、定員の70名になりましたら受付終了となります。



連絡先 南大沢市民センター TEL:042-679-2209

講 師 医療法人社団 めぐみ会 理 事 長 田村 豊 医師

主 催 南大沢市民センター住民協議会

協 催 (公財)八王子市学園都市文化ふれあい財団