

1	所 属	地域医療教育センター 教授
2	氏 名	西山 緑
3	タイトル	フレイル予防の実践と効果
4	概 要	2018年の日本の高齢化率は、28.1%となり、加齢からくる虚弱フレイルは介護の問題もあり、予防が大切となる。 予防対策として「フレイルのあいうえお」と題して、それぞれ あ:握力 い:生きがい・意欲 う:運動 え:栄養 お:オーラルフレイル について、一般の人にもわかりやすく解説する。
5	掲載日・放送日(放送時間)	2019年11月8日から配信
6	媒体名等	公益社団法人 日本女医会ホームページ 「新しい治療とトピックス」 <a href="http://www.jmwa.or.jp/topics/topics.php">http://www.jmwa.or.jp/topics/topics.php</a>