

## 第23回「21世紀 食のフォーラム」

共催：特定非営利活動法人 日本栄養改善学会 関東・甲信越支部会「市民公開講座」

### 健康長寿の秘訣・・・－腎臓を守る!!－

超高齢社会を迎えサルコペニア、フレイル対策とあわせて生活習慣病の発症予防・重症化予防は大きな問題です。

そして生活習慣病が重症化すると様々な合併症を引き起こします。

その一つが慢性腎臓病（CKD：Chronic Kidney Disease）。

いつまでも元気な生活を送るために・・・

第一線で活躍する医師と管理栄養士からその対策についてお伝えします。

**入場無料**

-事前申込-

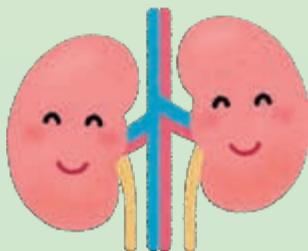
定員**200名**

### 腎臓の健幸維持のためにできること



**講師** 山縣 邦弘 先生

筑波大学医学医療系腎臓内科学教授  
1984年～筑波大学附属病院内科（腎臓）医員  
1990年～株式会社日立製作所日立総合病院  
1999年～筑波大学臨床医学系講師  
2001年～米国オレゴン大学分子生物学部門研究員  
2006年～筑波大学大学院人間総合科学研究科  
疾患医学専攻腎臓内科学教授 現在に至る



### 慢性腎臓病を食生活で予防する!



**講師** 中山 真由美 先生

日立製作所ひたちなか総合病院栄養室主任  
(茨城キリスト教大学生活科学部食物健康科学科1期生)  
2005年 株式会社日立製作所日立総合病院栄養科入社  
2022年 株式会社日立製作所ひたちなか総合病院栄養室  
2023年 株式会社日立製作所ひたちなか総合病院栄養室主任  
現在に至る  
腎臓病病態栄養専門管理栄養士・病態栄養認定管理栄養士  
がん病態栄養専門管理栄養士・腎臓病療養指導士・健康運動指導士

2024年

**11月9日(土)**

**13:00～15:30** (12:30受付開始)

**場所**

茨城キリスト教大学 8号館8101教室

13:10～ 特別講演「腎臓の健幸維持のためにできること」山縣 邦弘 先生

14:40～ 講演「慢性腎臓病を食生活で予防する!」中山 真由美 先生

※詳細は当日の配布物に記載します

**申込み方法**

・専用QRコードよりお申込みください。  
なお、あらかじめ質問のある方は  
合わせて入力をお願いします。



常磐線大塚駅西口(学園口) 徒歩1分 常磐自動車道/日立南太田ICより6分  
お越しの際には、公共交通機関でご来場いただけますよう、ご協力をお願いいたします。  
駐車場内での事故・盗難・その他トラブル等につきましては一切責任を負いません。

**お問い合わせ先 及び 電話での申込み**

茨城キリスト教大学 生活科学部 食物健康科学科

TEL 0294-52-3215 (内線3420・3421)

E-mail: foodhealth@icc.ac.jp HP: https://www.icc.ac.jp/