



# むせない・やせない食事



## ずっと口から食べる喜びを 支えるための嚥下と栄養

加齢に伴い低下する嚥下機能と栄養状態に着目し、

むせや低栄養を防ぐ食事の工夫をわかりやすく解説します。

ずっと口から食べる喜びを支える実践的なヒントをお伝えします。

2026

火

6

23

参加  
無料

申込  
不要

定員

50名（先着順）

会場

イオンモール松本  
風庭2F イオンホール

時間

10:30分～11:30分  
※質疑応答あり（開場 10:00）

講師



松本大学 人間健康学部健康栄養学科

准教授 加藤 勇太氏

管理栄養士  
病院にて管理栄養士の勤務経験があり  
栄養指導・栄養管理を担当

松本ヘルス・ラボ会員ではない方も大歓迎！  
皆様お誘い合わせのうえ、ぜひお越しください。

セミナー終了後に「ベジチェック」で  
野菜摂取量を測定できます！

