

# 相模女子大学 望月弘彦先生が 現代における食のリスクマネージメントを紹介 Webメディア「パワーアップ!食と健康」を2/10(火)配信

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、医師が執筆するWebメディア「パワーアップ!食と健康（第71回）」を、2月10日（火）に掲載いたします。

当社は、フレイル・サルコペニアを予防し、健康寿命を延伸するための食生活について医師が解説する「パワーアップ!食と健康」を運営しております。

第71回は望月弘彦先生に執筆いただきました。望月先生は、横浜市立大学医学部を卒業後、同大学にて医学博士号を取得されました。その後、横浜市立市民病院や藤沢市民病院等の神奈川県内の病院で外科や救急医療に従事されました。2016年から現職の相模女子大学栄養科学部管理栄養学科准教授としてご活躍されています。日本在宅医療連合学会多職種連携担当理事を務められています。

## 第71回 食のリスクマネージメントを意識しましょう



相模女子大学  
医師 望月弘彦 先生

食のリスク分散の重要性を紹介いただきました。サプリメントや健康食品を食べ続けることは長期にわたる安全性が証明されていません。そのため、多品目をバランスよく食べることが「食の安全」につながると推奨されています。その考え方を分かりやすく表現した「食事バランスガイド」について紹介いただきました。また、高齢者ほど多い亜鉛欠乏は日本人の10～30%と報告されており、亜鉛投与によりしばしば認められる銅欠乏との繋がりも説明されています。

医師がアドバイス! 第2・4水曜日更新 mealtime

### パワーアップ!食と健康

低栄養 フレイル サルコペニア

「予防」と「対策」で健康的な毎日を

■「パワーアップ!食と健康」の概要  
更新日：毎月2回(第2・第4水曜日)  
次回は2026年2月25日(水) 13時

<https://powerup.mealtime.jp>



【本件に関するお問い合わせ】

株式会社ファンデリー 経営企画室 管理栄養士 北川明日香

TEL：03-6741-5880 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>