



今からでも遅くない骨活・転倒予防



骨粗しょう症予防教室

参加費
無料

令和8年8月8日(土)

13:15 ▶ 15:00

場所 松本市立病院 展望食堂(5階)

骨粗しょう症予防教室を今年も開催します！

医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士が
骨粗しょう症の予防や丈夫な骨を維持するためのポイントをお伝えします。

今年は、かかとで行う骨密度検査も企画しました！

皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

当日の予定

- 13:00～ 受付
- 13:15～ 【骨粗しょう症を知り健康寿命を延ばそう】
整形外科 清水政幸 医師
- 13:40～ 【骨密度検査について】 山崎仁実 看護師
- 13:55～ 【最新の治療について】 月岡宏江 薬剤師
- 14:05～ 【骨の健康を守る食事のコツ】 高山沙和香 栄養士
- 14:15～ 【骨粗しょう症&転倒予防運動】 高橋明日香 理学療法士
- 14:25～ ご質問タイム
- 14:35～ 骨密度検査 
- 15:00 終了

ご予約・お問い合わせ

松本市立病院 整形外科

 0263-92-3027

受付時間 平日13:30～15:30

申込期限 8月5日(水)

※整形外科へ直接ご予約、またはお電話にて
ご予約ください。

(期限を過ぎても受付可能な場合がございます。
ご希望の方はお気軽にお問い合わせください。)