

令和7年度 からだの健康セミナー



骨粗しょう症について

骨粗しょう症は痛みなどの自覚症状がないことが多いが、定期的に骨量測定を受けるなど、日ごろからのチェックが必要で、自分の骨がどんな状態なのか意識を向けることが大切です。ぜひこの機会に「骨粗しょう症」への理解を深め、健康づくりにお役立てください！

日時 12月11日(木) 13時30分～15時30分

第一部

骨粗しょう症の現状と予防

講師：市保健師



第二部

骨粗しょう症を予防する生活習慣

講師：大阪青山大学教授
内田 亨 氏



対象

箕面市内在住のかた

定員

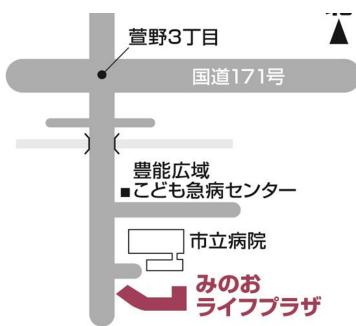
50人(先着順)

場所

みのおライフプラザ
2階大会議室

申込

11月10日(月)から申込フォームで



(みのおライフプラザ総合窓口へ電話申込も可)

*車でお越しのかたは第3駐車場をご利用いただき

駐車券を会場にお持ちください。

みのおライフプラザ総合窓口 ☎ 072-727-9550 FAX 072-727-3539

担当：健康福祉部 地域保健室 ☎ 072-727-9507