

骨密度を測ろう！

～骨密度を上げて骨折や転倒予防につなげよう～

	日 程	場 所	時 間
①	10/23(木)	大宮集会所 1階 (大宮 4-21-4)	午後1時30分～3時
②	10/24(金)	高殿会館 1階 (高殿 6-16-5)	
③	10/31(金)	太子橋中公園集会所 (太子橋 2-7-19)	

◆ 講 師：meiji ヤサカ宅配センター 上新庄店の方

◆ 内 容：骨密度の測定/結果説明/骨のお話と健康対策

◆ 対 象：各地域在住の60歳以上の方

無料

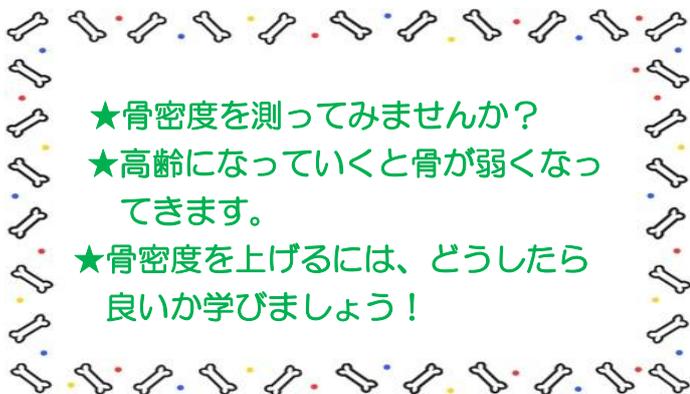
※各地域の方が優先ですが、定員に達しない場合は、他の地域にお住まいの方でも可。

◆ 定 員：各20名(先着順)

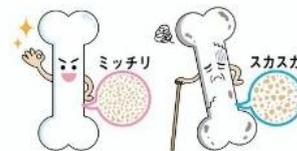
◆ 持ち物：筆記用具

◆ 申込み：令和7年10月6日(月)午前9時45分から来館・電話にて受付

※お申込み開始日の午前9時45分に来館されている方が「最優先」となります。



★骨密度を測ってみませんか？
 ★高齢になっていくと骨が弱くな
 てきます。
 ★骨密度を上げるには、どうしたら
 良いか学びましょう！



旭区老人福祉センター

指定管理者 社会福祉法人リベルタ

旭区森小路 2-5-29

TEL:06-6955-1377

FAX:06-6955-1398

『骨密度を測ろう！～骨密度を上げて骨折や転倒予防につなげよう～』の

申込みは各チラシの申込用紙にてお願いします。