

いつまでも歩ける丈夫な骨に！

令和4年度 健康講座

コロナ禍でああなたの骨！ 弱っていませんか？

令和4年

日時

10月21日(金)

午前10時～11時30分

場所

武蔵野商工会館
4階 市民会議室

(吉祥寺市政センターと同じ建物です)
吉祥寺本町 1-10-7 (吉祥寺駅徒歩5分)

講師

大久保幸美氏
(保健師)

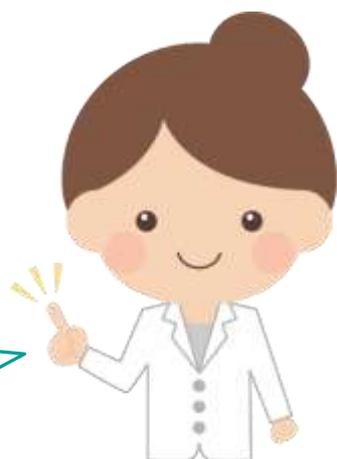
対象

武蔵野市に在住、在勤、在学中の方

内容

一度は耳にしたことのある『骨粗しょう症』
骨粗しょう症ってなんだろう？ どうしてなるの？
骨密度が下がり始める前に予防が大切！
予防方法を知って、丈夫な骨を目指しましょう！

骨折により要介護状態になってしまう方が
多いことをご存じですか？



申込受付 9月15日(木)～

電子申請 武蔵野市役所ホームページより



電子申請二次元バーコード

または電話、窓口で 武蔵野市 健康課 (保健センター内) まで

TEL 0422-51-7006

参加費 先着

無料 40名