

第12回

市民健康広場のお知らせ

高齢になって骨が折れてしまうと寝たきりの状態になることがあります。万が一、転んでも簡単に骨が折れないようにするには、どのようにしたらよいのでしょうか？日常生活から骨を守り、転倒を予防する方法についてわかりやすくお話していただきます。

講演終了後は、第5回体力測定や健康ダンスを企画しております。運動に適した服装・靴にて、皆様お気軽にご来場下さい。 **(先着200名)**

講演 「ほね（骨）を折らないために」

講師 三重大学医学部整形外科

准教授 須藤 啓広 先生

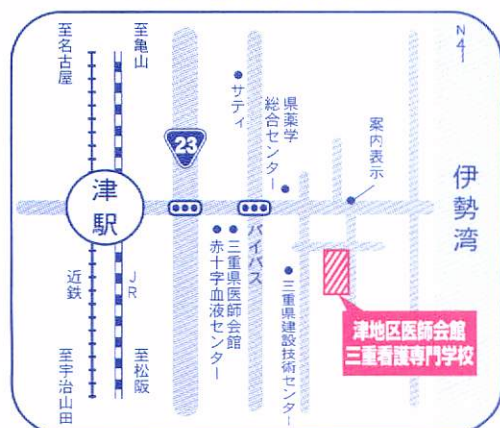
参加費は
無料です

日時 平成20年11月30日(日) 午後1時30分～午後5時まで

ところ 津地区医師会館・三重看護専門学校

(〒514-0002 津市島崎町97-1 TEL 227-1775 FAX227-3677)

〈会場案内図〉



津駅東口から徒歩15分 ※駐車場の用意があります。

講演終了後、健康ダンスと体力測定を行います。骨密度測定は午後1時より開始します。



主催 津地区医師会 / 後援 津市・津保健所