

『骨密度は上がります！骨粗しょう症と骨折治療の最前線』

第二弾

ミニ講座 開催！

2023年9月3日(日)

時間 13:30~14:15
14:15~15:00

会場 レイクウォーク岡谷
(1階 レイクコート)

※席に限りがございますので、入場を一時制限させていただく場合がございます。

➡ 骨折等の予防について、日常生活の中で実践できることをレクチャーします！

生活

13:30~13:45 / 14:15~14:30
年代別予防のポイントと転倒予防
【看護師】

食事

13:45~14:00 / 14:30~14:45
骨粗しょう症を防ぐ食事のポイント
【管理栄養士】

運動

14:00~14:15 / 14:45~15:00
転ばないための体づくり
【理学療法士】

上記ミニ講座のほか、当日は食事の展示やパネル展を実施いたします。**参加費無料、事前申込不要**で、どなたでもご参加いただけます。

皆さんの役立つ情報が満載ですので、この機会にぜひお越しください。

お問い合わせ

岡谷市民病院 庶務課 ☎ 0266-23-8000 (内線3631)

〒394-8512 岡谷市本町四丁目11番33号 ✉ mail@okaya-hosp.jp

当院ホームページ ▶

