

明石市制施行 100 周年記念事業

明石中央体育会館 スポーツカーニバル in 石ヶ谷公園

骨粗しょう症予防講習会

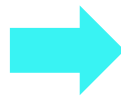
骨粗しょう症は、長年の生活習慣や加齢などにより骨がスカスカになって骨折しやすくなる病気です。ひどくなるとちょっと転倒しただけでも骨折を起こし、寝たきりの原因となる場合もあり、なってから治すのはたいへんです。骨粗しょう症にならないように、日ごろから予防を心がけるため、骨粗しょう症について詳しく学びましょう！！

骨粗しょう症患者さんの多くは、骨折がおこってから治療を受けていますが、骨折をおこさないように治療することが大切です！！

骨粗しょう症により骨がもろくなり、ちょっとしたことで骨折しやすくなります



一度骨折すると、日常生活が困難になり手術が必要になったり、ねたきりになることがあります



骨折をおこさないように予防することが大切です！！



日 時：令和1年11月4日(月・祝)

①11：00～12：00(受付10：45～) ②13：00～14：00(受付12：45～)

場 所：明石中央体育会館 会議室3

対 象：どなたでも

定 員：先着30名

参 加 料：無料

講 師：医療法人社団青山会リコルスクリニック
リハビリテーション室 室長 法田良介

申込方法：10/15(火)～10/31(木)までに電話または体育会館事務所にて受付

問 合 せ：明石中央体育会館

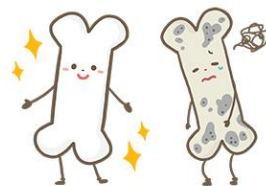
☎674-0053 明石市大久保町松陰 1126-47

TEL 078-936-6621 FAX 078-936-6624

※お預かりした個人情報には本イベントのみに使用させていただきます。

※当日、8：30時点で明石市に警報発令時はイベント中止です。

HP・Facebook または電話にてご確認ください。



明石中央体育会館

検索

LINE@



HP

