

第3回

医師の健康教室の お知らせ

コツをおさえて予防！

骨粗しょう症のお話 ～骨を守って健康度アップ～

骨粗しょう症は、骨の密度が減ってしまい、骨がスカスカした状態になってしまう病気です。痛みが出たり、骨折したりしやすく生活に影響を及ぼします。正しい骨粗しょう症の知識を知り、予防しましょう！
ぜひお気軽にご参加ください。

日時

令和8年10月1日（木）

午後1：30～3：00（受付 午後1：00～1：30）

場所

ハピネスふくちやま 4階 市民ホール

講師

松木医院

まつき ともひろ
松木 智宏先生

- ◆申込み・参加費不要です。直接会場へお越しください。
- ◆福知山KENPOSアクティブポイント10ポイントを付与します。
- ◆駐車場には限りがあります。ご了承ください。
- ◆要約筆記や保育を希望される人は、必ず2週間前までにお申込みください。

福知山市健康医療課

TEL：23-2788 FAX：23-5998

KENKOU