



るもい健康の駅

市民公開講座

外出自粛における骨の健康維持

～高齢者の介護の原因となる骨粗鬆症～

共催：札幌骨を守る会・NPO 法人るもいコホートピア
後援：留萌市・公益財団法人 骨粗鬆症財団

日時 8月22日(土)14:00—15:00

場所 るもい健康の駅 ホール

骨粗鬆症とは、、、
骨の密度が低下し、スカスカになって
『す』が入ったような状態になる病気のことを言います
この状態では、骨が弱くなり、ちょっとしたことで骨折してしまいます。



背中や腰が痛くなる



背中や腰が丸くなる



身長が縮む

この三つとも、骨粗しょう症の代表的な初期症状です。
一つでも当てはまる方は骨粗しょう症かもしれません。

講師：医療法人札幌円山整形外科
札幌琴似整形外科 骨粗鬆症センター長

高田 潤一 氏

要事前予約 定員20名 参加無料 Tel 0164—43—8121