



世界骨粗鬆症デー

World Osteoporosis Day **October 20**

骨の健康に向き合う日

テーマ

世界骨粗鬆症デーに学ぶ

チームTOMONI

第4弾



骨活で私と家族の 人生アップデート



2026

日時

10.22 木

13:30～15:30 (予定)

場所

三原赤十字病院
研修棟2階 講堂

対象：全職員・三原市民のみなさま

入場無料
予約不要



当日、研修棟2階講堂へ
ご案内します。

チームTOMONI（ともに）活動第4弾！
10月20日の世界骨粗鬆症デーに合わせ「骨活で、私と家族の人生アップデート」をテーマに女性の骨粗鬆症について研修を行います。「骨密度測定的重要性」について情報提供できる知識を得られる内容です。女性だけでなく男性の方も是非ご参加ください。



女性の心身の守り神
「エストロゲン姫」

講義 13:30～

「骨粗鬆症」について

産婦人科主任部長 牧野郁子



体験 14:30～

骨粗鬆症のための
運動療法

理学療法士 勝手慎也



体験 15:00～

QUS（定量的超音波測定）

骨密度測定体験！

診療放射線技師 藤井麻由美



レシピ配布

管理栄養士考案
レシピカード配布

管理栄養士 濱本裕子



チームTOMONIは、「人生100年時代を生きる女性やその家族が「ともに」健康で楽しく生活が送れるよう支援すること」を目的に牧野医師と有志によって活動しています。



総合病院
三原赤十字病院