



10月20日は世界骨粗鬆症デー企画

# 骨粗鬆症 市民公開講座

～あなたの骨は大丈夫？～



入場  
無料

2026年

10月7日 水 13:30～15:30  
(申込開始 12:30～)

会場 済生会横浜市東部病院  
3階 多目的ホール



簡易骨密度検査が  
受けられます

お申し込みは  
ポスター左下の  
QRコードから

9月28日(月)10時から  
申込開始(先着30名まで)



講演申し込み不要  
(先着100名)

## プログラム

講演

1



「転んだだけ」が「寝たきり」に!  
知っておくべき骨のSOS

診療放射線技師 平野 智貴



講演

2



骨にもご飯を  
骨がよろこぶ栄養素とは

看護師 菊池 恵美



講演

3



毎日コツコツ  
骨を育てる運動習慣

作業療法士 前里 千尋



お申し込み

簡易骨密度検査をご希望の方は  
QRコードよりお申込みください  
URL: <https://forms.gle/rczFzJ8wBTuvNCPdA>



お問い合わせ 地域医療連携室

045-576-3000  
(平日 9:00～17:00)

