

定員280名 参加無料

# 世界骨粗鬆症デー in さんむ 2022

**日程** 令和4年10月16日(日)

**会場** 山武市成東文化会館 のぎくプラザ  
山武市殿台290-1

市民公開講座 14:00~16:00 (開場: 12:00) 要整理券

14:00-14:20 『骨折リスクから考える骨粗鬆症予防の重要性』

講師: 石川 哲大先生 (さんむ医療センター 整形外科医師)

14:20-14:40 『保健室からみえる子どもたちをめぐる現状』

講師: 小川 雅代先生 (山武市立成東中学校 養護教諭)

14:40-15:00 『みんなで骨コツ体操』

講師: 山元 稔之先生 (姫島クリニック 理学療法士)

15:10-15:30 『すぐに始められる食習慣で生涯骨太!』

講師: 盛 晃彦先生 (さんむ医療センター 管理栄養士)

15:30-16:00 『一瞬でハッピーになる方法

~山武で暮らして笑顔が増えた話~』

講師: 澤 円先生 (株式会社圓窓 代表取締役)

※整理券は、9月16日(金)から山武市健康支援課で配布

ブースイベント 12:00~16:30

○骨量測定体験会&骨の健康相談コーナー:先着150名

12:00~14:00、16:00~16:30 ※11:30より整理券配布

(※70歳以上で骨密度測定経験のある方は測定できません。)

○芸術家バルサミコヤスさんのお絵かき教室

12:00~12:30、13:00~13:30 ※各回30分 事前予約制

○骨の健康に役立つ商品などの紹介・サンプリング

**共催** さんむ医療センター・(公財)骨粗鬆症財団

旭化成ファーマ(株)・山武市

**後援** 山武郡市医師会・千葉県骨粗鬆症マネージャー連携協議会

お問い合わせ: 山武市健康支援課

0475-80-1173 (平日:8:30~17:00)



※中止の場合は山武市ホームページで周知します。