

市民公開講座

先着300名
市外の方も
大歓迎

令和9年1月14日(木)

場所: 東金文化会館小ホール(東金市八坂台1丁目2107番地3)



地方独立行政法人

さんむ医療センター



地方独立行政法人 東金九十九里地域医療センター

東千葉メディカルセンター
EASTERN CHIBA MEDICAL CENTER

初コラボ



今すぐ知りたい骨粗鬆症のホントの話

講演 14:00~15:30

骨粗鬆症の基礎知識

佐藤 雅(東千葉メディカルセンター 整形外科医長)

今日からできる! 毎日骨コツ体操

木村 智徳(東千葉メディカルセンター 理学療法士)

境 吉規(さんむ医療センター 理学療法士)

骨の健康を食で守る! ~今日から始める骨太習慣~

盛 晃彦(さんむ医療センター 管理栄養士)

閉会挨拶

石川 哲大(さんむ医療センター副院長 整形外科医)

※イベント内の転倒や怪我については、応急処置を除き、主催者は一切の責任を負いかねます。

体験コーナー
あります

さんむ医療センター
理学療法士による

12:00~14:00

詳しくはホームページをご覧ください

運動指導(当日先着40名)

骨密度測定(QUS)

※素足で測定を行います。着替えスペースはございません。
※骨密度測定は、病院で既に測定している方はご遠慮ください。

ベジチェック®

※野菜(カロテノイド)の摂取量を測定します。

ザリッツ(運動機能測定)

InBody(体組成計測定)



【問合せ・申込み】東金市健康増進課

電話・健康増進課窓口・右記QRから

(主催)東金市役所(共催)さんむ医療センター・東千葉メディカルセンター

(後援)千葉県診療放射線技師会・千葉県骨を守る会・東金アリーナ



0475-50-1174

ホームページはこちらから→

