



市民公開講座

中高年の骨・関節障害の予防

～ ロコモと骨粗鬆症について ～

日時：10月1日(土) 10:00～

会場：るもい健康の駅

お申し込み・お問い合わせ先：留萌市花園町3丁目1-1

TEL 0164-43-8121 / FAX 0164-43-8123

開催挨拶：座長 札幌医科大学 医学部 教授 小海 康夫 先生

演題1：「骨粗鬆症予防のための食事のポイント」

留萌市保健医療課 管理栄養士 橋場 美野 先生

演題2：「ひとりで簡単にロコモ対策 ～ 元気に生きるコツ ～」

留萌市立病院 リハビリテーション科

理学療法士 村井 裕貴 先生 ・ 木村 祥子 先生

演題3：「中高年の骨・関節障害の予防

～ ロコモと骨粗鬆症について ～」

医療法人社団 北郷整形外科医院 副院長

札幌医科大学整形外科 臨床教授 高田 潤一 先生

要事前予約 定員 30名 参加無料

共催：NPO 法人るもいコホートピア、札幌骨を守る会

後援：公益財団法人骨粗鬆症財団、留萌市、留萌医師会、留萌市立病院