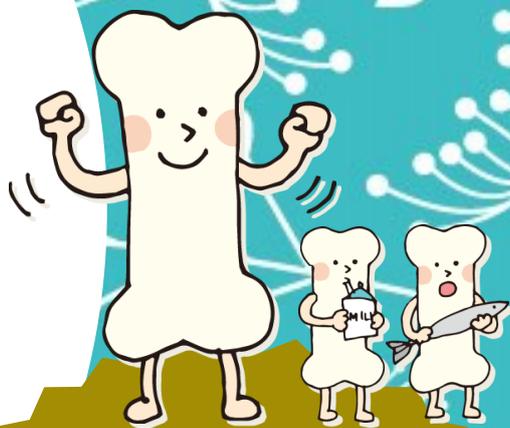


# 綾部市立病院 骨折予防 教室



2018年

12月8日 **土**

10:00~11:00

会場:東館2階講堂

転ばない、転んでも骨折しない  
体づくりに取り組みませんか!

## 内容

どなたでもご参加いただけます ★参加無料★

### 1. 特別講演 『骨粗しょう症とは』

社会医療法人祐生会みどりヶ丘病院 整形外科 小池宏典先生

### 2. 骨折しない体づくり

『食事(栄養)について』

綾部市立病院 管理栄養士

宮崎順子

『運動について』

綾部市立病院 理学療法士

田主篤司

※ 事前申込は不要です。動きやすい服装でおこしください。

※ 要約筆記及び手話通訳が必要な方は、11月30日(金)までに  
インフォメーション(0773-43-0123(内線160))までご連絡ください。

こんな症状がある方は  
骨が弱くなっている  
可能性があります



背が縮んだ



背中や腰が曲がってきた



転んだだけで  
骨折



お問い合わせ

綾部市立病院 1階インフォメーション ☎ 0773-43-0123