

令和4年度 健康講座

コロナ禍で あなたの骨！ 弱っていませんか？

いつまでも
歩ける骨を目指しましょう



令和4年

日時 **6月18日** (土)
午前10時～11時30分

場所 **スイングホール
レインボーサロン**
東京都武蔵野市境2-14-1
(武蔵境駅北口2分)

対象 **武蔵野市に在住、在勤、在学中の方**

内容 一度は耳にしたことのある『骨粗しょう症』
骨粗しょう症ってなんだろう？
どうしてなるの？
予防方法を知って、丈夫な骨を目指しましょう！

講師

中村久美子 氏

(保健師)



骨によい食事ご存じですか？
コロナ禍で運動量が減っていませんか？

申込受付 5月15日(日)～

電話、窓口で 武蔵野市 健康課(保健センター内)まで
TEL 0422-51-7006

または電子申請 武蔵野市役所ホームページより



参加費 先着

無料 50名

◀申込フォーム
二次元バーコード

新型コロナウイルスの感染状況により、変更または中止となる場合があります