

骨粗しょう症 講演会 & 試食会



7/13月

9:30~11:30

伊波野
コミュニティセンター

参加費：100円

骨を守る！今日からできる予防と対策講座！

講演会

健康に過ごすために必要不可欠な
体を支える『骨』について考えよう！！

演題：骨粗しょう症予防のお話
講師：出雲市立総合医療センター
リハビリテーション技術科
主任理学療法士 佐藤 宏紀さん



総合医療センターで18年間、入院患者さんや
外来患者さんのリハビリに携わっています。

骨密度測定会

足を乗せるだけ
の簡単測定！

健康相談に乗るよ☆



試食会

管理栄養士の園山咲子さん直伝！
カルシウムたっぷりの骨を丈夫にするメニューの調理実演と試食会を
ご用意！お楽しみに☆



本日のメニュー

- ・青紫蘇ごはん ・あみエビトースト
- ・日光浴舞茸の味噌汁
- ・黒ごま豆腐プリン

内容は変わる
場合がございます。



※写真はイメージです

申込みが必要です。
伊波野コミセンまで

