

骨粗鬆症の予防について学ぼう！

健康的なからだをつくるには、栄養バランスのとれた食事、適度な運動、十分な睡眠をとり、正しい生活習慣を定着させることが重要です。

骨粗鬆症とは骨がもろくなってしまふ病気のことです。骨にも健康状態があり、健康管理をしていく必要があります。骨粗鬆症についてわかりやすく当センターの看護師と栄養士からお伝えします。みんなで楽しく学びましょう☆

❖主 催❖ 仙台市・社会福祉法人仙台市障害者福祉協会

❖日 時❖ 令和4年9月17日（土）13：30～14：30

❖会 場❖ 仙台市宮城野障害者福祉センター
住所：仙台市宮城野区大槻16-2
電話：022-292-8474

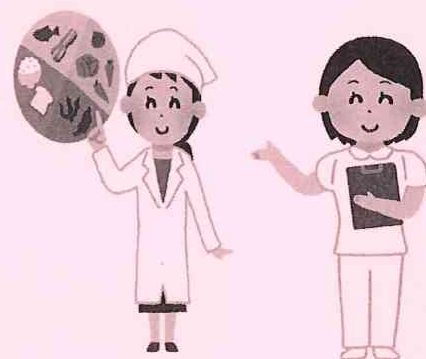
❖内 容❖ ①骨粗鬆症予防について
②骨粗鬆症予防（食事）について

❖講 師❖ ①仙台市宮城野障害者福祉センター 看護師 白坂 由美子
②仙台市宮城野障害者福祉センター 栄養士 油井 わか

❖費 用❖ 無料

❖対 象❖ 仙台市内にお住まいの身体に障害のある方（難病の方含む） 15名

❖申込み❖ 所定の参加申込書に必要事項をご記入の上、令和4年9月14日（水）までに当協会へお申し込み下さい。（お電話でも受け付けます。022-266-0294）



新型コロナウイルス感染予防のため、当日は各自マスクの着用にご協力をお願いいたします

《お問い合わせ・申込み先》

社会福祉法人仙台市障害者福祉協会
〒980-0022 仙台市青葉区五橋二丁目12番2号
TEL 266-0294
FAX 266-0292

