

♡ 「あなたの骨は健康ですか？」 ・骨密度測定（無料）

健康な体は、まずは骨組みから！

あなたの骨の健康度、チェックしてみませんか？

【と き】 2月8日(水) 9:30～11:30・13:00～15:00

【と ころ】 保健センター

【定 員】 午前40人・午後40人

【対 象】 最近1年間に骨密度測定を受けたことがない方
(平成17年2月8日以降に受けたことのある方は
ご遠慮ください。)

予約制です。申込受付開始 1月5日(木)8:30～

定員になり次第締め切りますので、希望される方は、まずお電話でお申し込みください。



★あなたの骨の元気度をチェック！

あてはまる数が多かった人ほど要注意です。

高齢である（女性 55歳以上、男性70歳以上）

やせている、小柄なほうだ

あまり運動したり、歩いたりしないほうである

喫煙量や飲酒量が多い

少しのきっかけで骨折した経験がある

5人以上の子供を妊娠し、授乳した経験がある

閉経が早かった

胃の切除手術を受けた

肝臓病や腎臓病または糖尿病である

家族に骨粗しょう症の人がいる

申込み・問合せ 保健センター 内線361・362

♡ 献 血

がん検診と同じ日に行います。

【と き】 2月8日(水) 10:00～12:00・13:00～15:00

【と ころ】 役場駐車場

