



第5回

にじいろ健康教室

- ごあんない -

クリニックのスタッフと一緒に、楽しく勉強してみませんか。

- ▶ 日 時 6月1日(木) 15:00~16:00
- ▶ 会 場 コープは~とらんどハイム本山(地図参照)
※地域交流スペースにて
- ▶ 内 容 「骨粗鬆症」について
- ▶ 話 し 手 片山茂明 医師 (にじいろクリニック所長)
- ▶ 参 加 費 無料 申し込み不要

健康寿命を阻害する大きな原因の1つとして、転倒による骨折が挙げられます。骨粗鬆症になると、骨量が低下して骨がもろくなり、折れやすくなります。中でも特に注意したいのが、背骨(椎体)の圧迫骨折と、太もものつけ根(大腿骨近位部)の骨折です。どちらも足腰の筋力が低下し、寝たきりとなる可能性が高まります。この機会に、骨粗鬆症について一緒に勉強してみませんか？

▶ 交通アクセス

- JR「摂津本山」駅下車 徒歩 8分
- 阪急「岡本」駅下車 徒歩 11分
- 阪神「青木」駅下車 徒歩 16分
- 阪神バス「田中」バス停下車 徒歩 5分
- 神戸市バス③①③③④④④「岡本2丁目」バス停下車
徒歩 5分

▶ お問い合わせ先



ろっこう医療生活協同組合 **にじいろクリニック**

☎(078)413-3333 住所 神戸市東灘区田中町 2-9-10

サービス付き高齢者向け住宅「コープは~とらんどハイム本山」1階