

市民公開講座 2016

世界骨粗鬆症デー
10月20日

LOVE YOUR
BONES

ご存知ですか? 骨の健康



参加無料
先着300名様
(事前申込制)

～明日のあなたを守るために～

日時

平成28年**10/2** (日)
13:00～15:00

会場

両国KFCホール

墨田区横網一丁目6番1号
(大江戸線両国駅直結、JR両国駅より徒歩6分)

▶ 講演 I

ロコモを知って足・腰元気!
～転んでも寝たきりにならない体づくり～

佐藤 公一 先生 (医療法人社団順公会 佐藤整形外科 院長)

▶ 講演 II

ご存知ですか? 骨を守る女性ホルモン

岡野 浩哉 先生 (飯田橋レディースクリニック 院長)

▶ 講演 III

健康寿命を支える運動
～姿勢・歩き・日常動作～

小原 桂子 先生 (健康院クリニック 運動カウンセラー)

▶ 講演 IV

健康寿命延伸のための食事のポイント
～骨と筋肉の健康保持のために～

塚原 典子 先生 (帝京平成大学健康メディカル学部健康栄養学科 教授)

骨量測定 体験コーナー

当日先着順に受付します。

先着**200**名様

【受付時間】

11:00～12:30



あなたも骨量測定
してみませんか?



※参加申し込み方法 / ホームページ・ハガキ・FAXでお申し込みいただけます。裏面はFAX専用の申し込み用紙となっています。→

主催

公益財団法人骨粗鬆症財団
東京骨を守る会

後援

厚生労働省・東京都・墨田区・日本整形外科学会・
東京都医師会・日本骨粗鬆症学会・全国骨を守る会連合会・
健康日本21推進全国連絡協議会

市民公開講座2016 ご存知ですか？骨の健康

参加お申し込み方法

締め切り
9月23日
(金)

定員 先着300名様
定員になり次第締め切り

参加ご希望の方は、
事前のお申し込みが必要です。

先着300名様には9月初旬より順次、
代表者様宛てに参加人数様分の参加証をお送りします。
当日必ずご持参ください。(1枚で1人入場可)

1 ホームページからお申し込み

公益財団法人 骨粗鬆症財団 ホームページ
<http://www.jpof.or.jp>

jpof

検索

2 ハガキでお申し込み

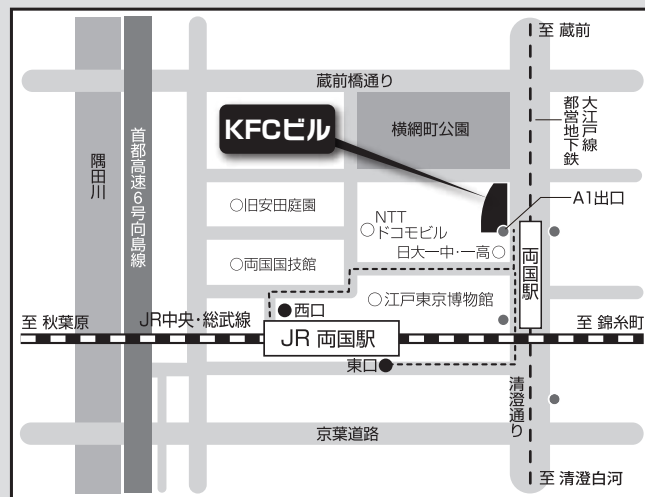
〒103-0024
東京都中央区日本橋小舟町11-2 深澤ビル4階
市民公開講座2016「ご存知ですか？骨の健康」
郵便番号・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を
ご記入の上、お申し込みください。

3 FAXでお申し込み

FAX送信先

03-5640-1840

下記お申し込み用紙にご記入の上、FAXでお送りください。



■会場 両国KFCホール(KFCビル3F)

■交通のご案内

【地下鉄】

●都営地下鉄大江戸線「両国駅」A1 出入口に直結

【JR】

●JR中央・総武線「両国駅」東口より徒歩約6分

●JR中央・総武線「両国駅」西口より徒歩約7分

ふりがな		年齢	性別
お名前		歳	男・女
ご連絡先(住所)		都道府県	区市郡
〒□□□-□□□□			
電話番号 () —		FAX () —	
ご一緒に 参加される方	ふりがな	年齢	性別
	お名前	歳	男・女
	お住まいの都道府県		
	有・無	ふりがな	年齢
	お名前	歳	男・女
	お住まいの都道府県		

※住所に不備がありますと郵送ができませんので、住所・氏名を正確にお書きください。

※本お申し込みにて取得する個人情報は当財団の事業委託先以外の第三者に開示・提供することはありません。