

回 覧

各 自 治 会 長 様

令和6年 6月 13日

小清水町長 久 保 弘 志

令和6年度 骨の健康栄養セミナーの開催について

日頃より、本町における保健事業にご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。
さて、下記の日程で骨の健康栄養セミナーを開催いたします。骨は直接目に見えず、状況を把握できないため、普段から意識している人は少ないでしょう。実は、骨は身体を支える以外にも脳や内臓を守り、血液をつくるなど、多くの役割を担っており、骨の健康はわたしたちの健康に大きな影響を与えています。本セミナーは骨の役割や骨を丈夫にする食品について知識を身に付けることで、普段の生活でも取り入れていただき、楽しみながら骨づくりをし、骨から健康的な体になっていただくことを目的としています。

骨粗鬆症が気になる方や足腰の健康が気になる方だけでなく、ご興味のある方は、この機会にぜひご参加ください。

つきましては、貴自治会内に周知いただきますようお願いいたします。

記

1. 実施日時 令和6年 8月 8日（木）10：00～11：00
2. 対象者 全ての町民の方
3. 持ち物 筆記用具
4. 実施場所 小清水町防災拠点型複合庁舎「ワタシノ」 1階サークル室
5. 実施内容 (1) 栄養士による骨の健康に関する講話
(2) カルシウムチェック
6. 定 員 20名（先着順 ※事前にお申し込みください。）
7. 申込先 下記のいずれかの方法でお申し込みください。
①小清水町の新たなWEBアプリ「KOSHIMO(こしも)」から申し込み。
24時間いつでも申し込みが可能です。
右に表示されている2次元バーコードを読み取ってください。
②電話で申込み 保健福祉課 健康推進係
TEL 0152-62-4480（係直通）
8. 申込締切 令和6年 7月31日（水）まで



お問い合わせ先

小清水町役場 保健福祉課 健康推進課係

TEL 0152-62-4480(係直通)