

参加費無料

瀬戸旭在宅医療介護連携推進協議会市民フォーラム

「健康寿命を延ばそう！」

～何歳でも若返る！骨と筋肉を守る意外な食事と体操法～

年齢を重ねるとともに骨の量が減少し、骨が弱くなって骨折しやすくなる骨粗しょう症や、運動器の障害のために立ったり歩いたりするための身体能力(移動機能)が低下した状態＝ロコモティブシンドロームは、進行すると将来介護が必要になるリスクが高まります。

今回の市民フォーラムは、骨粗しょう症・ロコモの予防対策や検診の大切さなどについて、愛知医科大学病院の中村幸男先生にご講演いただきます。

いつまでも健康で長生きするためにどうすればよいのか一緒に考えてみましょう。

日時 令和7年11月5日(水曜日) 午後1時30分から3時45分
(開場:午後1時00分から)

場所 尾張旭市文化会館 あさひのホール
尾張旭市東大道町山の内 2410-11 Tel(0561)54-8500

対象者 瀬戸市・尾張旭市に在住・在勤の方

申込先 瀬戸旭医師会 Tel(0561)84-1155 / Fax 84-5776
E-mail : isikai@setoasahi.com
・氏名(ふりがな)、電話番号、参加人数をご連絡ください。

定員 200名

プログラム

司会 瀬戸旭医師会 理事 日比野壮貴
開会挨拶 瀬戸旭在宅医療介護連携推進協議会
会長 鳥井彰人

★ 情報提供

①「元気な時こそ考える、もしものときの医療とケア」

瀬戸旭医師会 事務局 厚村睦子

②「骨折で人生が変わる？」

今から始める！続ける！骨折を防ぐ生活習慣」

公立陶生病院 看護師 森夕夏氏・宮原幸子氏

★ 講演

「何歳でも若返る！」

骨と筋肉を守る意外な食事と体操法」

愛知医科大学病院 骨粗鬆症・ロコモ・

関節疾患センター長 中村幸男 先生



■ 公共交通機関の場合

名鉄瀬戸線「尾張旭駅」から南へ徒歩6分

● 駐車場のご案内

台数に限りがございますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。

主催：瀬戸旭在宅医療介護連携推進協議会

構成団体

愛知県瀬戸保健所／瀬戸市／尾張旭市／瀬戸市自治連合会／尾張旭市自治連合協議会／瀬戸旭医師会／瀬戸歯科医師会／尾張旭市歯科医師会／瀬戸旭長久手薬剤師会／公立陶生病院／旭ろうさい病院／愛知医科大学病院／名古屋大学医学部附属病院／愛知県がんセンター／愛知県医療療育総合センター／瀬戸市社会福祉協議会／尾張旭市社会福祉協議会／瀬戸介護事業連絡協議会／尾張旭市介護サービス事業者連絡会／瀬戸保健所管内栄養士会／愛知県歯科衛生士会／瀬戸市尾張旭市セラピストネットワーク／地域包括支援センター（瀬戸市・尾張旭市）／尾張東部権利擁護支援センター