



# 骨の



# 健康栄養セミナー

日時： 令和5年7月21日(金)

時間： 午後2時～3時30分

場所： 軽米町農村環境改善センター

入場無料

ご来場  
プレゼントあり

## ～ 内 容 ～

講演1：健康な骨づくりのポイント～骨の生まれ変わりと「MBP」～

雪印ビーンスターク株式会社 北東北営業所 栄養士 橋場 順子 氏

講演2：オーラルフレイル予防について

軽米町歯科衛生士 木村 和子 氏



当日は無料骨密度測定ができます！

骨の強さを測定してみませんか？

☆どなたでも参加できますのでお誘い合わせのうえ、ご参加ください☆

申し込み・お問い合わせ先 健康福祉課 健康づくり担当 電話:0195-46-4111

# 骨の健康栄養セミナー

## 参加申し込み書

電話:46-4111

FAX:46-2677

電話または FAX でも受け付けています。

氏名	地区名・団体名等	連絡先

◎当日参加も可能ですが、準備の都合上、事前に申し込みいただきますようお願いします。

申し込み期限 **開催日の前の金曜日まで**



**あなたの骨は、丈夫ですか？**

骨がもろくなると、骨粗鬆症になりやすくなったり、骨折しやすくなります。

～骨粗鬆症予防・骨折予防・介護予防に

**もつながります～**

骨に欠かせない栄養素や骨の健康を維持するための方法について、一緒に学びませんか？

