



# 第18回新潟骨を守る会 市民セミナー

【日時】：令和元年10月26日(土) 15:00~16:30 (受付開始14:00)

【場所】：新潟ユニゾンプラザ 4階 「大会議室」

住所：新潟市中央区上所2丁目2-2 Tel：025-281-5511

【参加費】：無料

## ■プログラム

- I. 受付 (14:00~)
- II. 骨量測定「希望者/先着順」(14:00~15:00)
- III. 講演会(15:00~16:30)

定員：**80**名(事前申込不要 / 先着順)  
定員に達した場合は締め切らせていただきます

講演Ⅰ：『あなたも今日から骨マスター  
～骨粗鬆症を知り・骨折を予防する～』

講師 新潟リハビリテーション病院 院長 山本 智章 先生

講演Ⅱ：『骨粗鬆症を防ぐ食事の基本』

講師 新潟医療福祉大学 健康科学部 健康栄養学科

教授 斎藤 トシ子 先生

講演Ⅲ：『骨折を防ぐ生活の心構え 運動と転倒予防』

講師 新潟医療福祉大学 リハビリテーション学部 理学療法学科

教授 古西 勇 先生

ご希望の方には骨量を測定します

**14:00~15:00**

- ◆骨量計測(超音波による踵骨)を希望される方は、素足になりますので、脱ぎやすい履物でお越しください。
- ◆事前予約は行っておりませんので、当日会場へ直接お越しください。「希望者/先着順」
- ◆骨量測定は新潟骨を守る会所属メンバーが運営致します。

## 【お問い合わせ】

新潟骨を守る会事務局：メディカルフィットネスロコパーク内  
TEL025-368-7500 月~金曜日 13:00~17:00  
(担当/佐野)



## ●会場周辺マップ

【車】国道8号線新々バイパス 女池IC、桜木ICから7分

新潟駅から新潟・小須戸三条線で約8分

【バス】新潟駅方面から⇒水島町経由美咲合同庁舎行、県庁前経由西武営業所行き、県庁前経由曾野木ニュータウン・嘉木・酒屋車庫・小須戸行 ⇒新潟ユニゾンプラザ前下車徒歩1分

※駐車場は無料ですが、数に限りがございます。先着順になりますのでご了承ください。

【共催】新潟骨を守る会 新潟県臨床整形外科医会 新潟市整形外科医会 中外製薬株式会社

【後援】(公財)骨粗鬆症財団 全国骨を守る会連合会 新潟市医師会 新潟大学医歯学総合病院 整形外科科学教室 新潟医療福祉大学 新潟県産婦人科医会 (公社)新潟県栄養士会 (公社)新潟県理学療法士会 (公社)新潟県作業療法士会 (公社)新潟県介護福祉会 新潟県医療ソーシャルワーカー協会 新潟日報社