

あなたの未来を守る骨の話

女性の骨粗しょう症について

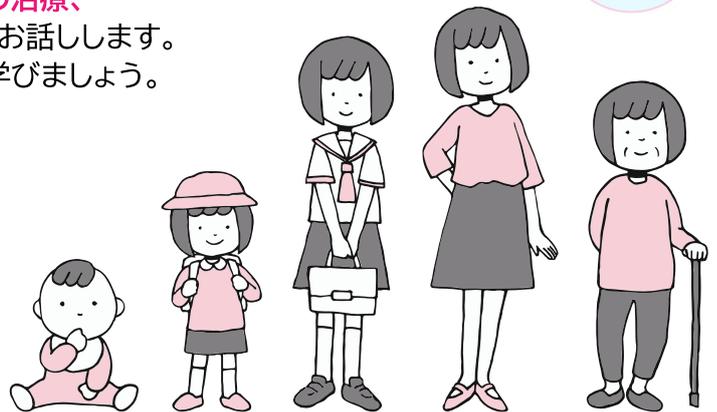
年齢とともに気になる骨の強さ。

骨粗しょう症は女性に多く、特に閉経後は注意が必要です。

この健康講座では、骨粗しょう症の仕組みや最新の治療、骨を守る食事と運動のポイントなど、分かりやすくお話しします。未来の自分のために、今からできることを一緒に学びましょう。

令和8年

3月4日 水
10:00-12:00

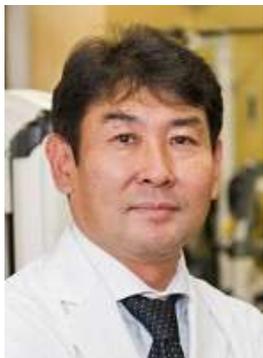


講師

北里大学北里研究所病院

場所

みなと保健所 8階 大会議室



- 金子 博徳 病院長

- 大胡 未有 氏 | 管理栄養士
- 牟田 朱里 氏 | メディカルトレーナー

定員

70名 (一時保育なし)

対象

港区在住・在勤・在学者

電車

都営地下鉄
大江戸線: 赤羽橋駅 赤羽橋口
徒歩5分
三田線: 芝公園駅 A2出口
徒歩10分
東京メトロ
南北線: 麻布十番駅 3番出口
徒歩10分

バス

赤羽橋駅前下車

都営バス
都06 渋谷駅前-新橋駅前
橋86 目黒駅前-新橋駅前
東急バス
東98 東京駅丸ノ内南口-
等々力操車所前
ちいばす
田町ルート
田町駅東口-六本木ヒルズ



※ 公共交通機関をご利用ください

申込み

2月3日(火)から
3月3日(火)

港区コールセンター

みなとコール

03-5472-3710

午前9時から午後5時まで
※ 初日は午後2時から受付

問合せ

健康推進課 健康づくり係

03-6400-0083