



いつまでも元気に歩き続ける
ために、今日から一緒に
「骨活」を始めましょう！

2026年度



第6回

つなん健康くらぶ

骨粗鬆症を知り 元気な骨を守ろう！

骨粗鬆症は気づかないうちに進む病気。病気を知り、食事・運動・生活から骨折予防を考えます。いつまでも自分の足で元気に暮らすために、今日からできることを一緒に学びましょう！

講師

千手 孝太郎 津南病院 総合診療科
兵庫県出身、昨年度より津南病院にて勤務

日時

10月15日(木)
15:30~16:30

参加費

無料

どなたでもご自由にご参加ください

場所

津南町公民館(文化センター)3階 視聴覚室
中魚沼郡津南町大字下船渡丁 2806-3

問合せ先

津南病院 経営推進室
つなん健康くらぶ 宛

☎ **025-765-3161**