

# 健康と福祉の相談会

主 催： 呉 羽 地 区 社 会 福 祉 協 議 会

(民生委員児童委員 保健推進員 食生活改善推進員)

共 催： 富 山 市 西 保 健 福 祉 セ ン タ ー

市では、皆さんが健康でいきいきとした生活を送れるよう、呉羽地区社会福祉協議会の方々とともに相談会を行っています。どなたでも参加できます。ご近所お誘いあわせの上、お気軽にご相談ください。

● と き ● **9月 11日 (水)**

午後1時30分～午後3時 (受付は1時30分～2時)

● と こ ろ ● **丸富町公民館**

● 内 容 ●

午後2時～3時

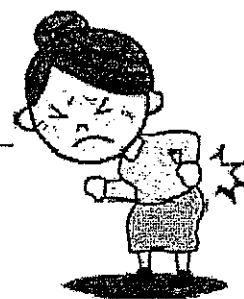
講演

『腰痛予防と運動

～生活習慣を改善しよう～』

講師 **松野リウマチ整形外科**

**院長 松野 博明 先生**



午後1時30分～ 3 時

健康食の試食 (食生活改善推進員)

健康チェック

骨密度測定

超音波骨量測定装置でかかとの両側から超音波を反射させ、その浸透時間を測定し骨密度を計ります。素足になりやすい靴下でおこしてください。

● 持ち物 ● 健康手帳・筆記用具

\* 駐車場がありませんので、ご注意ください。

● スタッフ ● 保健師、看護師、民生委員児童委員、保健推進員  
食生活改善推進員、地域包括支援センター職員

【お問い合わせ】

富山市西保健福祉センター (TEL 469-0770)

呉羽地区担当保健師 谷川 智子