

# 骨粗しょう症 予防教室

平成30年 **11**月**7**日(水) 13:30~15:00

受付 13:00~

入善まちなか交流施設 うるおい館 イベントホール

## 第1部

13:30~14:00

講演

「骨粗しょう症予防  
について」



講師

谷川クリニック院長

谷川 孝史 先生

## 第2部

14:30~15:00

体操

「今日から実践！  
お手軽体操」



講師

スポーツクラブ入善

竹内 美咲 先生

予約不要  
入場無料

お問い合わせ 入善町元気わくわく健康課 保健センター (☎ 72-0343)