

<報道発表資料>

令和8年1月30日
京都市伏見区役所深草支所健康長寿推進課

深草支所 からだを守る「骨活」講座 の開催

壮年期に急激に減少し始める骨密度について、医療・栄養・運動を交えて学ぶことで、骨折しない体を維持していくことを目指し、深草支所において、「からだを守る『骨活』講座」を開催します。

【概要】

- 日時 令和8年3月9日(月)
午後1時30分～午後3時30分 (受付：午後1時～)
- 場所 深草支所 4階 会議室 (〒612-0861 京都市伏見区深草向畠町93-1)
- 内容 骨密度測定
講話 講師：京都医療センター 整形外科 中山 雄介 氏
深草・醍醐地域介護予防推進センター 古川 真実 氏
深草支所 健康長寿推進課 管理栄養士
- 対象 深草支所管内に在住の40～65歳程度の方
- 定員 20名
- 参加費 無料
- 申込 受付期間：令和8年2月2日(月)～令和8年2月27日(金)
(申込多数の場合抽選 結果は3月2日以降に連絡)
 - ① ホームページ
<https://www.city.kyoto.lg.jp/fushimi/page/0000348078.html>
 - ② 電話 深草支所健康長寿推進課 (075-642-3876)
平日午前8時30分～午後5時



<本講座参加者限定>

手軽にこつこつカルシウムクッキング（調理実習）を開催します。

日時：3月11日（水） 午前10時30分～午後1時
(受付：午前10時15分～)

※本講座参加者のうち希望される方 15名（申込は上記と同様、多数抽選）
※参加費500円（材料費）