

<報道発表資料>

令和8年8月31日

京都市伏見区役所醍醐支所健康長寿推進課

「骨密度チェック＆骨トレ教室」の開催

骨粗しょう症は、骨がもろくなり、骨折しやすくなる病気です。骨粗しょう症の早期からの予防のために、骨密度の測定や骨粗しょう症予防のための講話・ヨガ講習として骨密度チェック＆骨トレ教室を開催します。

- 日時 令和8年10月16日（金） 午前10時～正午
- 場所 伏見区役所醍醐支所保健福祉センター3階第4会議室
（〒601-1366 京都市伏見区醍醐大構町28）
- 内容 骨密度測定、骨粗しょう症予防についての講話、ヨガ講師による運動講習
- 対象 伏見区内に在住の40歳以上74歳以下の運動制限のない方
- 定員 20名（多数抽選）
- 参加費 無料
- 申込方法 9月3日（木）から9月30日（水）までに下記お問合せ先へ電話、又はホームページ（二次元コード）からお申し込みください。抽選結果は10月初旬にご連絡します。



▲昨年の様子



▲ホームページ

<お問合せ先>

京都市伏見区役所醍醐支所保健福祉センター健康長寿推進課（醍醐支所2階②番窓口）

電話：075-571-6747