



令和6年7月31日
京都市左京区役所
〔担当 健康長寿推進課〕
電話 075-702-1219

測定と講演の
2回シリーズ!

左京・健康なまちづくりプロジェクト 左京健康講座2024

骨粗しょう症を予防して、コツコツ健康寿命を延ばそう

左京区役所では、区民の皆様が健康長寿のための「生活習慣」について学び、主体的な健康づくりへ繋げていただけるよう、一般社団法人左京医師会と共に「左京健康講座」を毎年開催しています。

本年度は、骨粗しょう症をテーマに、2日間にわたり、骨密度測定をはじめとする測定プログラムと医師による講演を実施します。

記

1 日 時

令和6年10月3日(木)

令和6年10月8日(火) ※両日ともに参加できる方が対象

2 場 所

1日目 左京区役所3階 講堂

2日目 左京区役所1階 A・B会議室

3 内 容

日 時	内 容
【1日目】10月3日(木) ①午前10時～11時30分 ②午後1時30分～3時 ③午後3時～4時30分	・管理栄養士、歯科衛生士、保健師によるミニ講話 ・骨密度測定、血管年齢測定、推定野菜摂取量測定等 ※骨密度測定は素足で実施します。脱ぎやすい靴と靴下でお越しください。
【2日目】10月8日(火) 午後1時30分～3時15分	講演「骨粗しょう症を予防して、コツコツ健康寿命を延ばそう」 医師 劉 和輝 先生〔京都府医師会 健康日本21対策委員会副委員長/京都府立医科大学臨床教授〕

※10月3日の時間は①～③のいずれかで、申込み時に第3希望までお伺いします。

4 定 員

80名（お申込みいただいた方の中から抽選で決定します。）

※抽選結果は9月20日頃までに当選者のみにハガキでお知らせします。

5 参 加 費

無料

6 申込方法

京都いつでもコール

■申込期間：8月20日（火曜日）から8月27日（火曜日）

■電話：075-661-3755（8時から21時）

※おかけ間違いに御注意ください。

FAX：075-661-5855（24時間対応）

申込フォーム：こちらから（24時間対応）→



■（1）氏名（ふりがな）（2）住所、郵便番号（3）電話番号（4）年齢（5）

1日目の参加希望時間（第3希望まで）をお知らせください。

※申込者の個人情報は、本事業に関する業務でのみ使用します。

7 主 催 等

<主 催>

一般社団法人左京医師会、左京区役所

<協力団体>

明治安田生命保険相互会社

<後 援>

京都市左京歯科医師会、左京薬剤師会、京都市左京区在宅医療・介護連携支援センター、左京保健協議会連合会、京都市左京区地域介護予防推進センター、京都市左京区社会福祉協議会

8 問 合 せ

左京区役所保健福祉センター健康長寿推進課

電 話：075-702-1219

FAX：075-702-1316



会場への
アクセス

・地下鉄「松ヶ崎」から徒歩約8分
・市バス「左京総合庁舎前」から徒歩約3分
・市バス「左京総合庁舎・京都工芸繊維大学前」から徒歩約2分
・市バス「高木町」から徒歩約9分
・京都バス「高野玉岡町」から徒歩約10分
・叡山電車「一乗寺駅」から徒歩約16分
・叡山電車「修学院駅」から徒歩約18分