

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)	・管理栄養士、歯科衛生士、保健師によるミニ講話
①午前10時~11時30分	• 骨密度測定、血管年齢測定、推定野菜摂取量測定等
②午後1時30分~3時	※骨密度測定は素足で実施します。脱ぎやすい靴と
③午後3時~4時30分	靴下でお越しください。
【2日目】10月8日(火)	講演「骨粗しょう症を予防して、コツコツ健康寿命を
午後1時30分~3時15分	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。

定員 4

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。

参加費 5

無料

6 申込方法

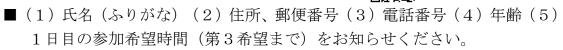
京都いつでもコール

■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)→



※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。

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

援> <後

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

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



地下鉄|松ヶ崎」から徒歩約8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「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「高軒工岡町」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「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 会場への

アクセス