

管理栄養士による栄養講座



# カルシウム de ほね元気!

**令和4年2月18日(金)**

**14:00~15:30**

転倒や骨折予防のために大切な骨の健康について知りましょう!  
骨密度の測定をし、骨粗しょう症予防について食事面を中心にお話します。  
おいしく食べて骨を丈夫にする、カルシウムたっぷりレシピの紹介や  
試食もあります!

会 場：桜井福祉センター3階  
多目的室1

講 師：スギ薬局管理栄養士  
介護予防係職員（管理栄養士）

対 象：市内在住の60歳以上の人

定 員：15名（先着順）

参加費：無料

持ち物：マスク

申込み：1月11日（火）から 定員になり次第終了

火曜日～金曜日（祝日除く）

午前9時～午後5時

介護予防係（電話または窓口）にて受付

お願い：新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、開催を中止する  
場合があります。来館前に自宅で検温を行ってください。

問合せ：安城市社会福祉協議会地域福祉課介護予防係

（安城市社会福祉会館内） ☎ 77-7896



骨密度測定器



結果はその場で  
お渡しできます!