

骨・カルシウムを知って 健康づくり

参加・
骨密度測定 **無料!**

～目指せ!健康人生**100歳**～

いつまでも丈夫な骨でいるために大切な栄養素「カルシウム」があります。
私たちを支えている「骨」は、自分自身でしっかり管理しないといけません。
骨に欠かせないカルシウムなどの栄養素や、骨の健康を維持するポイントをわかりやすく学びます。

2024

3月5日 火

14:00 ▶ 16:00 (開場 13:30～)

会場

神奈川県民ホール 6階大会議室

(横浜市中区山下3-1)

- ・みなとみらい線「日本大通り駅」徒歩 約8分
- ・JR、横浜市営地下鉄「関内駅」徒歩 約15分
- ・横浜市営バス「芸術劇場・NHK 前」下車 約2分
「大さん橋入口」下車 約1分

講 話

骨・カルシウムセミナー 14時05分 ～ 14時50分

講師 管理栄養士 新原 恵子 氏

雪印メグミルク株式会社 関東販売本部 関東コミュニケーションセンター

測定体験

骨密度測定 15時00分～16時00分

超音波式測定(素足での測定となります)

測定・健康アドバイス: かながわ健康財団

健康運動指導士・保健師等



定 員

50名 (事前申込制)

【申込方法】電話またはメールで事前に ① 氏名、② 住所、③ 電話番号、④ 人数 をご連絡ください。

事前申込制、先着順とし、定員に達した場合は受付を終了します。

※メールでお申し込みの場合は、件名を「骨・カルシウム」にしてお送りください。

申込先: 公益財団法人かながわ健康財団 健康づくり課 (平日 9:00～17:00)

電 話 045-243-2008 メール kanagawa-kenkou@khf.or.jp



申込みメールアドレス