



# 骨粗しょう症 予防相談会

骨粗しょう症は、骨密度が減り、骨がもろくなることで骨折しやすくなる病気です。  
女性に多く、早い方で30歳代から発症し、60歳を過ぎると急増します。  
予防の第一歩は自身の骨の状態を知ることです。お近くの会場にぜひお越しください。

## 対 象

### 18歳以上の市民

(本市に在住または通勤、通学中の方)

- 骨粗しょう症治療中の方、両足のかかとに骨折や外傷のある方はご遠慮ください。
- 年度内(4/1~3/31)お一人様1回までとさせていただきます。

## 内 容

骨密度測定(超音波式、かかとの骨で測定)

健康相談(15分程度)

↳ 結果説明および骨粗しょう症予防について

## 参 加 費

無 料

## お申込み・お問い合わせ

### インターネット

予約は  
こちら



※予約制。**先着順**。

※予約開始日は裏面をご覧ください。

※1回の申請につき**1人予約可能**です。

電話 (インターネット予約が難しい方)

市役所コールセンター  
☎025-243-4894

午前8時から午後9時まで(年中無休)

年末年始(12月29日~1月3日)は午後5時まで

40歳を過ぎたら  
一度は**チェック**



詳しい日程は  
裏面へ!

新潟市食育・花育推進キャラクター  
まいかちゃん

インターネット予約に関する問い合わせ  
保健所健康増進課 ☎025-212-8166

## 【日程他】

区	日程	会場	時間	定員	予約開始日	
北	5月21日(木)	豊栄健康センター	9:40/10:10/10:40/11:10 13:10/13:40/14:10	各回8人	4月23日(木)	
	6月9日(火)				5月12日(火)	
	7月3日(金)	6月5日(金)				
	9月13日(日)	北地域保健福祉センター			8月16日(日)	
東	6月29日(月)	木戸健康センター	9:40/10:10/10:40/11:10 13:10/13:40/14:10	各回7人	6月1日(月)	
	8月3日(月)		9:40/10:10/10:40/11:10		7月6日(月)	
	9月25日(金)	シルバーピア石山	9:40/10:10/10:40/11:10 13:10/13:40/14:10		8月28日(金)	
	11月30日(月)	中地区公民館			11月2日(月)	
	12月14日(月)	石山地域保健福祉センター			11月16日(月)	
中央	5月26日(火)	南地域保健福祉センター	9:40/10:10/10:40/11:10 13:10/13:40/14:10	各回8人	4月28日(火)	
	6月25日(木)	東地域保健福祉センター		AM:各回8人 PM:各回5人	5月28日(木)	
	7月29日(水)	クロスパルにいがた		各回7人	7月1日(水)	
	9月4日(金)	東地域保健福祉センター			8月7日(金)	
	9月16日(水)	南地域保健福祉センター		13:10/13:40/14:10	各回8人	8月19日(水)
	10月28日(水)	中央健康センター		9:40/10:10/10:40/11:10 13:10/13:40/14:10	AM:各回5人 PM:各回4人	9月30日(水)
	12月1日(火)	南地域保健福祉センター			各回7人	11月3日(火)
	2月25日(木)	クロスパルにいがた				1月28日(木)
江南	6月5日(金)	亀田健康センター	9:40/10:10/10:40/11:10	各回9人	5月8日(金)	
	7月7日(火)				6月9日(火)	
	8月18日(火)				7月21日(火)	
	9月2日(水)	曾野木連絡所		各回8人	8月5日(水)	
	10月22日(木)	横越健康センター		各回9人	9月24日(木)	
	11月17日(火)	亀田健康センター		各回5人	10月20日(火)	
	12月15日(火)				11月17日(火)	
秋葉	5月18日(月)	新津健康センター	①9:40/②10:10 ③10:40/④11:10	各回9人	4月20日(月)	
	5月22日(金)			①7人 ②~④各3人	4月24日(金)	
	6月4日(木)	荻川コミュニティセンター		各回9人	5月7日(木)	
	6月19日(金)	小須戸まちづくりセンター			5月22日(金)	
	10月1日(木)	荻川コミュニティセンター			9月3日(木)	
	10月5日(月)	新津健康センター			9月7日(月)	
	10月23日(金)			①7人 ②~④各3人	9月25日(金)	
	11月16日(月)			各回9人	10月19日(月)	
南	5月15日(金)	白根健康福祉センター	9:40/10:10/10:40/11:10 13:10/13:40/14:10	各回7人	4月17日(金)	
	6月23日(火)				5月26日(火)	
	9月3日(木)				8月6日(木)	
	11月5日(木)				10月8日(木)	
西	5月27日(水)	坂井輪健康センター	9:40/10:10/10:40/11:10 13:10/13:40/14:10	各回7人	4月29日(水)	
	6月15日(月)	黒埼健康センター			5月18日(月)	
	10月6日(火)	西地域保健福祉センター			9月8日(火)	
	11月4日(水)	坂井輪健康センター			10月7日(水)	
西蒲	6月30日(火)	巻地域保健福祉センター	9:40/10:10/10:40/11:10 13:10/13:40/14:10	各回7人	6月2日(火)	
	7月23日(木)				6月25日(木)	
	8月5日(水)				7月8日(水)	
	9月30日(水)				9月2日(水)	