

# 『若さの秘訣』

## ～避けて通れない骨のハナシ～



みどモス

いつまでも自分らしく、アクティブに輝き続けるために  
今こそ「骨」から自分を磨き直してみませんか

日時

令和8年3月11日 (水)

14:00～15:40 (受付13:30～)

会場

桐生大学11号館

対象

市内在住の方

募集人数

80人

申込

電話 (0277-72-2211)

もしくはQRコードから申し込み



内容

●転ばぬ先の骨対策

桐生大学医療保健学部看護学科 教授 境原 三津夫 先生

●今日から実践！骨コツ健康 食生活

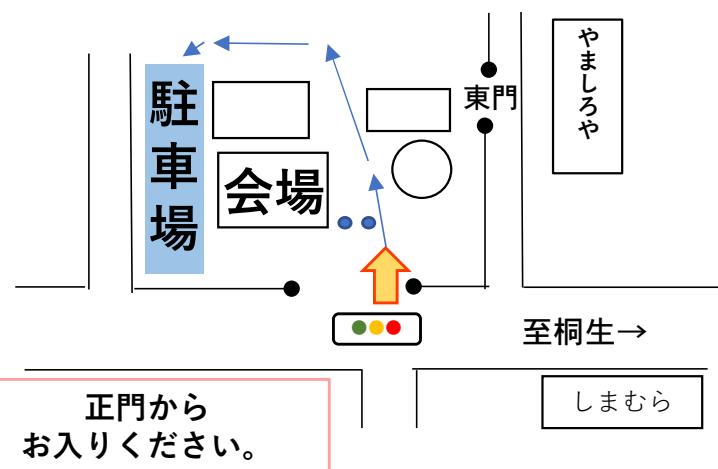
桐生大学医療保健学部栄養学科 准教授 島田 美樹子 先生

●骨密度測定



測定機器の都合上、**ストッキング・タイツは履かず**にお越しください。

参加費  
無料



みどり市元気プロジェクト  
参加者特典

健康ポイントとして、  
**30ポイント**進呈します！