

# 転ばぬ先の骨づくり

～明日から役立つ 骨粗しょう症予防のためのポイント～

骨粗しょう症は自覚のないまま進行することが多く、やがては転倒や骨折を引き起こし、生活が一変することがあります。しかし、早めに病院で骨密度検査を受け、必要に応じて治療を始めれば、骨の衰えを防ぎ、骨折の危険を減らすことができます。

本講演では、骨粗しょう症の検査方法や受診の目安、効果的な食生活・運動習慣など予防と治療のポイントをご紹介します。明日からすぐにできる習慣を身に付け、いつまでも元気に自立した暮らしを続けましょう。

【日時】 **10月4日(土)**

10:00～11:10(受付 9:30～)

【会場】 国際医療福祉大学市川病院  
研究棟 2階 大会議室

【定員】 100名 (要予約・先着順)

参加お申し込みは下記をご覧ください

## 【講師のご紹介】

整形外科副部長

**別所 雅彦**

(べっしょ まさひこ)

国際医療福祉大学 病院准教授



三重大学卒、東京大学大学院修了、医学博士  
元東京大学医学部整形外科特任助教

日本整形外科学会認定整形外科専門医、日本整形外科学会認定運動器リハビリテーション医、日本骨粗鬆症学会認定医、日本リハビリテーション医学会認定臨床医

骨粗しょう症を専門に研究し、臨床にあたってきました。専門の骨粗しょう症だけでなく、整形外科の一般外傷の治療にも対応しています。病気や治療方法をわかりやすくご説明し、理解していただいたうえで、患者様それぞれに的確な治療を心がけています。

## ～プログラム～

10:00 病院長挨拶・講師紹介

10:05 講演 別所 雅彦 医師

11:00 質疑応答

11:10 閉会

※予防医学センター見学(希望者のみ・10分程度)  
健診・人間ドックを行うフロアを、順路に沿ってご案内します。

※各自マスクを持参いただき、院内での着用にご協力ください。  
※受付時間前の入場および発熱・咳等の風邪症状がある方のご参加はご遠慮ください。

## お問い合わせ・お申し込み

ホームページから <https://ichikawa.iuhw.ac.jp/lecture/>

お電話にて **047-375-1111**

総務課『けんこう教室担当』

受付時間 8:30～17:00 (日曜・祝日除く)



**国際医療福祉大学市川病院**

〒272-0827 千葉県市川市国府台6-1-14

<https://ichikawa.iuhw.ac.jp/>

アクセス：■北総線『矢切駅』から徒歩3分

■市川駅・松戸駅から京成バス『矢切駅』から徒歩3分

