

令和6年度 骨密度相談会 (予約不要・無料)

月 日	時 間	会 場
4月17日(水)	9時30分 ~11時	今井地区公民館
4月26日(金)		糸魚川保健センター
6月5日(水)		田沢地区公民館 (※)
6月11日(火)		能生地区公民館
6月12日(水)		上早川地区公民館
6月19日(水)		木浦地区公民館 (鬼舞地区多目的集会センター)
6月24日(月)		根知地区公民館
6月26日(水)		小滝地区公民館 (※)
7月24日(水)		西海地区公民館 (※)
8月19日(月)		大野地区公民館
8月23日(金)		中能生地区公民館
9月2日(月)		青海地区公民館
9月4日(水)		下早川地区公民館
9月6日(金)		糸魚川地区公民館
9月18日(水)		西能生地区公民館
11月1日(金)		歌外波地区公民館 (外波支館)
11月14日(木)		上南地区公民館
11月18日(月)		浦本地区公民館
12月3日(火)		小泊地区公民館 (※)
12月6日(金)		大和川地区公民館 (※)
12月10日(火)	青海保健センター	
12月12日(木)	糸魚川保健センター	
2月26日(水)	磯部地区公民館	
3月7日(金)	市振地区公民館	

地区公民館で
年1回開催しています。



骨密度測定

素足になって、かかとで
測定します。脱ぎやすい
靴下でおいでください。

(※) フレイルチェック及び講話も実施します。