

# 自分の骨密度を知っていますか？ ～骨粗しょう症予防検診を受診しましょう～

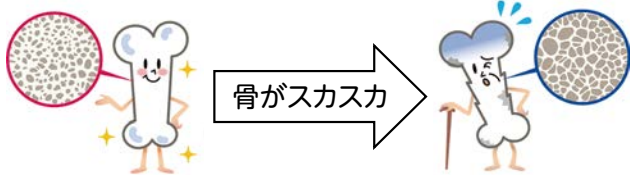
- ◆日程 9月5日(木)・6日(金)
- ◆会場 保健センター
- ◆対象 18～35・40・45・50・55・60・65・70歳の女性  
(令和6年4月1日時点)
- ◆定員 各日午前100人、午後100人(申込順)
- ◆費用 500円
- ◆検査内容
  - ・超音波によるかかとの骨量測定(妊婦の方も受診可能)
  - ・結果に応じた栄養指導や受診勧奨



## 骨粗しょう症ってどんな病気？

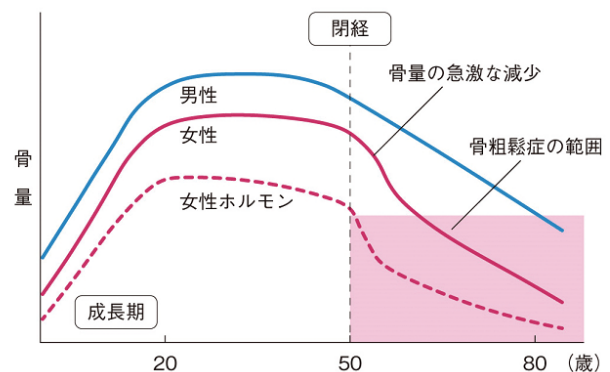
骨が弱くなりつまずいたり、くしゃみをしたりわずかな衝撃で骨折しやすくなる病気を骨粗しょう症といいます。

骨折が起きやすい部分は背骨、手首、足の付け根です。骨折しても痛みを感じないこともあるため、気が付いた時には他の部位も骨折しやすい状態になってしまっているかもしれません。



骨がスカスカ

## 年齢別骨量変化



グラフを見ると男性も女性も20代をピークに骨量は年々減少しています。特に女性の骨量は男性に比べて低く、また閉経後の数年間は急激に骨量が減少します。これは、骨形成を進める女性ホルモンの分泌が激減するためです。

定期的に検診を受け、自分の骨量を知ることが大切です。

提供：公益財団法人骨粗鬆症財団

申込み・問合せ 健康管理課 (2階) ☎(20)1574 FAX(20)1600

申込み・問合せ  
商工観光課 (6階)  
☎(20)1528 FAX(20)1604

**全年齢向け  
再就職支援セミナー**

千葉県ジョブサポートセンターとの共催により、再就職を支援するセミナーを開催します。また、セミナー受講者は就職するまでの生活、就労に関する個別相談もできます。

◆日時 9月24日(水)

①セミナー 10時～12時

②個別相談 13時30分～16時

◆場所 市役所1階102会議室

◆対象 ①就職活動中の方(在職・求職中問わず)  
②セミナー受講者

◆定員 ①30人、②4人

◆申込(予約制) 9月13日(金)までに電話にて※定員に達し次第受付終了

◆費用 無料

※①は雇用保険の求職活動実績の対象となりますので「雇用保険受給資格者証」をお持ちください。