

全力！！

しまんと

ほね祭り

ほねの健康について学ぶ
楽しいお祭りです！



2025.10.18 (土) 13:30~16:00
in しまんとぴあ (りぐるホール)

参加費：無料（申込不要）

ほねしる教室

13時30分～14時30分

貴方の骨を強くさせる
一骨の健康は身体の健康からー



吉井クリニック
吉井一郎先生の講演



健康チェック

14時30分～16時

骨密度測定、肌年齢測定
野菜摂取量測定、血管年齢測定
ができます！

まずは自分の体の
状態を知りましょう。



自助具・装具展示

13時30分～16時

日常生活を助ける便利用品の
相談ができます！



医療相談

14時30分～16時

気になっていることを
医師に直接相談できます！



吉井クリニック	吉井医師
正木整形外科	正木医師
大野内科	稲田医師

ほねほね食堂



14時30分～
なくなり次第終了

管理栄養士やヘルスメイトに、
食事の相談ができます。
骨に良いおやつの試食も
あります。



お楽しみ企画！



お子様連れも
大歓迎！

カルシウムたっぷりのおやつとバルーンアートをプレゼント！！

主催：四万十市・幡多ふるさとの会

後援：高知県整形外科医会・（一社）幡多医師会

問い合わせ先：四万十市健康推進課 tel.0880-34-1115

ホームページは
こちらから

