



# ストロップ・ザ

骨  
こつ

粗  
そ

鬆  
しょう

症  
しょう

## 金沢骨を守る会市民フォーラム



2020年

3月20日 祝(金)

14:00~16:30 (受付開始 12:30~)

北國新聞赤羽ホール (金沢市南町2番1号)

入場無料 事前登録制(定員400名様)

【第1部】  
講演1

どうして痛むの？ その原因と対処を教えます  
~骨粗しょう症と関節炎~  
金沢医科大学氷見市民病院整形外科  
臨床教授 横山 光輝 先生



【第2部】  
健康寿命を  
延ばす  
食事の話

骨を丈夫にするっておきレシピ紹介します  
~誰でも作れて、美味しく食べられる簡単レシピ~  
株式会社ホリ乳業品質管理課  
室長 下村比呂美 先生



【第3部】  
講演2

「花粉症地獄にお別れを」スギ花粉症が治る!かも?  
医療法人すのあ会 金沢駅前ぐつすりクリニック  
院長 鈴木 香奈 先生



特別企画

笑って長生き婆ちゃんコント  
~健康寿命を延ばすには笑が一番~  
御供田幸子一席

無料骨量測定

事前申込にて抽選70名様

※測定希望者は参加申込の際にお申込ください。  
※時間は申込後にお送りする参加証に記載しております。

主催/金沢骨を守る会

後援/石川県、金沢市、北國新聞社、北陸大学、公益財団法人骨粗鬆症財団、全国骨を守る会、日本骨粗鬆症学会、日本骨代謝学会、石川県医師会、金沢市医師会、石川県歯科医師会、石川県薬剤師会、石川県栄養士会、  
全国健康保険協会石川支部、高砂大学校同窓会

協力/一般財団法人北國振興財団、溢谷工業株式会社、株式会社ホリ乳業、株式会社ミナトフーズ、株式会社香輪社、株式会社ショセキ 協賛/バックマン・コールドター株式会社、ニッポーメディカル株式会社  
認定公演/金沢市中心商業地公演奨励金補助対象事業