

# 健康な骨を保つためのコツ

無料

日時 2024年6月26日(水) 14:00~15:00

場所 オール薬局西条店 待合スペース

内容 ★14:00~15:00

骨健康度測定

手首で測定する機械で、自分の骨をチェックしてみましょう。  
同年代の方と比較してあなたの骨の健康レベルをA~Eの5段階で判定します。  
測定は定期的に行い、自分の体の変化を知ることが大切です。  
測定のみの方はご予約不要ですので、ぜひお気軽にお立ち寄りください♪  
(測定時間：1人3分程度)



★14:30~14:45

オールラボ管理栄養士による講座

『健康な骨を保つためのコツ』

骨の健康について考えたことはありますか？骨の健康状態が低下すると日常生活にさまざまな支障をきたしてしまう恐れがあります。  
今回は、骨の健康を保つためには何をしたらよいのか、普段の食事の中で上手に栄養を摂るポイントについて管理栄養士がお話しします。



参加して下さった方にはプレゼントをご用意しております♪

予約制



## 栄養相談承ります

講座を受けてもっと詳しく話を聞いてみたいと思われた方、食事についての悩みや疑問をお持ちの方は、後日オールラボゆめモール西条店で栄養相談を承ります！  
ぜひこの機会に、管理栄養士とお話ししてみませんか？

参加をご希望の方はスタッフまで  
お気軽にお声掛けください。  
ご予約はお電話でも承ります。



082-421-5551

〒739-0007 広島県東広島市西条土与丸5-9-7

【開局時間】月・水・木・金 9:00~18:30  
火・土 9:00~18:00



オール薬局 西条店