



6/20 きいろいマリーゴールドの会で

生活習慣病と骨粗しょう症

についての勉強会を開催しました!!

今回の勉強会では住友先生にご講義いただき、一般会員様9名、非会員様2名、スタッフ8名の計19名の方が参加しました。住友先生の勉強会はとても好評で、皆さんで笑いながら楽しく学ばれている姿が印象的でした！講義の後は2チームに分かれてのグループディスカッションの時間もあり、意見の交換など楽しくお話をすることができました。

ご参加いただいた皆さんからの感想・意見

- 骨粗しょう症についてはじめて聞く内容が多く興味深かった
- 専門的なデータなど難しい話もあったが、自分の事と照らしあわせながら聞くことができた
- 色々な病気と関連があることを知り、骨に関して知識がついた
- 先生の話がおもしろくて楽しみながら骨粗しょう症を学べた
- 皆さんのお話も聞けて身近なことからやろうと思えた・・・など



骨粗鬆症予防のためには骨密度だけでなく骨の質度を高めることが大切であることを学びました。いつまでも自分の足で歩き、少しでも元気に歳を重ねていくために活動を通して皆さんと一緒に勉強していきたいと思います。 看護師唐澤

スタッフより

