健康支援プロジェクト　コラボ企画

「糖尿病と骨折の関係性について学びましょう」

～今日から始められる運動と食事のコツ～

参加申込
不要

※参加費無料

令和８年
3/21
土曜日

時間　13:00 ～ 14:00（受付時間～12:30）

場所　新棟１階 内科外来 待合

飯塚市立病院
健康支援プロジェクト

講師紹介

理学療法士：木本和孝（筑豊地区糖尿病療養指導士）
管理栄養士：古林美保（筑豊地区糖尿病療養指導士）

糖尿病の管理において、血糖値や合併症に注目することは非常に大切です。しかし、近年の研究で、糖尿病の方はそうでない方に比べ、「骨折のリスク」が数倍高くなることが明らかになってきました。血糖値が高い状態が続くと、骨のコラーゲンが劣化し「骨の質」がもろくなってしまいます。一度の転倒や骨折が、生活の質（QOL）を大きく変えてしまうことも少なくありません。
いつまでも自分らしい毎日を送り続けるために、今日から「運動」と「食事」の２つの柱で、一生動ける体づくりを始めませんか？

お問い合わせ
飯塚市立病院　リハビリテーション室（北棟２階）
TEL 0948-22-2980（リハビリテーション室にお問い合わせください）

主催：飯塚市立病院　リハビリテーション室