

# 第16回新潟骨を守る会 市民セミナー

【日時】：平成29年10月14日（土） 14:00～15:30（受付開始13:30）

【場所】：新潟ユニゾンプラザ 4階 「大会議室」

住所：新潟市中央区上所2丁目2-2 Tel：025-281-5511

【参加費】：会員、一般ともに**無料**

**定員：70名**（事前申込不要 / 先着順）  
定員に達した場合は締め切らせていただきます

## 特別講演Ⅰ：

### 『骨折知らずの百寿を迎えるための豆知識』

講師 新潟市民病院 整形外科

科副部長 澤上 公彦 先生



## 特別講演Ⅱ：『ヒモトレ体験』

講師

小関アスリートバランス研究所 代表  
バランストレーナー 小関 勲 先生



ボディバランスボードの販売をキッカケにオリンピック選手、プロスポーツ選手を中心にバランストレーニング、カラダの使い方を指導。全国にて講演、講習会活動など幅広く活動している。2009年にバランストレーニングの一環としてヒモトレ®を発売し更に広い分野にて活躍の場を広げる。映画俳優、芸能人も多く愛用。また医学的にバランス感覚がどのように影響を与えているか研究も行い情報を発信している。

- プログラム
- I. 受付 (13:30～)
  - II. 骨量測定「希望者/先着順」(13:30～14:00)
  - III. 講演会 (14:00～15:30)

ご希望の方には骨量を測定します  
**13:30～14:00**

- ◆骨量計測(超音波による踵骨)を希望される方は、素足になりますので、脱ぎやすい履物でお越しください。
- ◆事前予約は行っておりませんので、当日会場へ直接お越しください。「希望者/先着順」
- ◆新潟骨を守る会所属メンバーが実施致します。



- 会場周辺マップ
- 【車】国道8号線新々バイパス 女池IC、桜木ICから7分  
新潟駅から新潟・小須戸三条線で約8分
  - 【バス】新潟駅方面から⇒水島町経由美咲合同庁舎行、県庁前経由西武営業所行き、県庁前経由曾野木ニュータウン・嘉木・酒屋車庫・小須戸行 ⇒新潟ユニゾンプラザ前下車徒歩1分

共催：新潟骨を守る会 新潟県臨床整形外科医会 中外製薬株式会社  
後援：(公財)骨粗鬆症財団 全国骨を守る会連合会 新潟日報社  
新潟県産婦人科医会 (公社)新潟県栄養士会  
(公社)新潟県理学療法士会 新潟市医師会  
新潟大学整形外科教室 新潟医療福祉大学

【お問い合わせ】  
新潟骨を守る会事務局：メディカルフィットネスロコパーク内  
TEL025-368-7500 (担当/橋本)  
月・水～金曜日9:00～21:00、土・日・祝祭日9:00～17:00