

／ チェックからはじめる ／

# 骨ケア

令和6年度  
骨粗しょう症  
予防検診



しんじゅく健康フレンズ

骨粗しょう症は、骨がもろくなり骨折しやすくなる病気です。

主な原因は、加齢、病気、遺伝、偏った食生活や運動不足などの生活習慣で、特に女性は更年期以降のホルモンの変化や、やせすぎが影響して、骨粗しょう症のリスクが高くなるといわれています。骨粗しょう症は自覚症状が少ないため、定期的な検診が必要です。

保健センターの骨粗しょう症予防検診で骨密度を測定してみませんか？

## 対象

20歳以上の  
新宿区民の方

\*1年度に1回受診できます。スクリーニング検査のため  
**すでに骨粗しょう症と診断されている方は受診できません。**

## 費用

300円

\*世帯員全員が住民税非課税、生活保護受給中、70歳以上の方は  
手続きをお取りいただくと費用が免除になります。  
検診の予約時にお申し出ください。

## 申込

予約制  
(先着50名)

\*日程は裏面をご覧ください。  
受診を希望する保健センターへ電話でご予約ください。  
定員に達した場合は受付を終了します。予めご了承ください。

## 内容

骨密度測定※  
医師から説明  
健康栄養相談

\*全所要時間は60分程度です。  
結果説明、相談内容、受診人数により所要時間は異なります。  
時間に余裕を持ってお越しください。  
※超音波によるかかとの測定

最新の情報は  
新宿区のホームページで  
案内しています。

