

# 転倒予防教室 のご案内

骨が脆くなると、一度の転倒で大腿骨や椎体骨を骨折してしまうことがあります。そして、これらの骨折で生活の質が著しく低下してしまいます。  
骨折の原因となる転倒を予防することは大切です。

当院は年に3回 転倒予防教室を開催しております。  
骨に関するはなし、骨を強くするお薬、食事のはなしを聞いて  
一緒に体操をしませんか？  
どなたでも参加できます

日時：2026年 6月15日（月）14時00分～  
9月14日（月）14時00分～  
2027年 2月15日（月）14時00分～

場所：外来 2階 ラウンジ

※状況により変更・中止になることがあります



JR東京総合病院のホームページ内に  
転倒予防体操動画がアップされています。  
日頃の転倒予防にぜひご活用ください。



医療安全管理室・FLSチーム  
電話：03-3320-2210(代表)