

# 子育てママの骨密度check！ (骨粗しょう症検診)のお知らせ

骨量は20代で最大量となり、徐々に減少します。  
『若いうちにいかに骨量を蓄え、丈夫にするか』が  
骨粗しょう症予防のポイントです！  
10か月児育児相談日に骨密度checkを実施します  
ので、この機会にチェックしてみましょう



超音波で測定するため  
痛みはありません 😊  
授乳中でも受けられます

- 当日の持ち物
- ・母子健康手帳
  - ・受付票(本用紙右側)
  - ・ママの保険証
  - ・検診料(300円)  
土浦市国民健康保険加入者は無料

おすすめの服装  
右足かかとにジェルをつけて測定します  
はだしになれるよう、くつ下がおすすめです

【お問合せ】土浦市健康増進課健康支援係

TEL 029-826-3471  
FAX 029-821-2935

## 骨粗しょう症検診受付票

検診日 年 月 日

ママの お名前	フリガナ .....		
ママの 生年月日	西暦	年	月
電話番号			
ママの 身長・体重	cm	kg	
BMI	※スタッフが計算します♪		

下記の該当する項目にチェック  してください。

現在の授乳方法	
<input type="checkbox"/> 母乳 <input type="checkbox"/> 混合 <input type="checkbox"/> ミルク	<small>【現在ミルクの方のみ】 ミルクのみになってから6か月以上 経過していますか？</small>
	<small>はい</small> • <small>いいえ</small>



職員記載欄  
※保険種別

国・生・社