

## 高齢者の健康維持について

### 【ご意見】

血圧測定、握力の測定器は用意されているようですが、骨密度計がないようです。

是非購入を予定して欲しいと思います。

私の骨は年だからしょうがない・・・なんて言っているけど、目に見えてくると考えも変わって食生活や運動・生活スタイルが良くなることを願って・・・。

このたびは貴重なご意見をいただき、誠にありがとうございます。お寄せいただきました内容につきまして、下記のとおりご回答申し上げます。

### 【回答：健康推進課】

骨粗しょう症の診断にはいくつか測定方法があり、比較的簡易に設置可能なものとしては超音波法による測定が検討できますが、1台130万円以上の精密機械となり、管理と操作時の介助が必要となることから骨密度計などの公共施設への固定設置は難しいと考えます。

なお、骨粗しょう症予防は、食事・運動が基本となり、千曲市においては、「高齢者の健康づくり」事業として膝腰元気塾・サポート塾・介護予防教室等を開催しております。

詳しい内容については、千曲市ホームページをご覧ください。詳しくは健康推進課までお問い合わせください。