

10月20日 世界骨粗鬆症デー

20 October  
World Osteoporosis Day  
From Kanazawa to the  
World Stop the Osteoporosis

# ストップ・ザ・骨粗鬆症

## 金沢骨を守る会 声明

「コロナ禍で骨粗鬆症とどう向き合うか  
～ストップ・ザ・骨粗鬆症～」を宣言

### コロナ禍での骨粗鬆症予防と対策

新型コロナウイルス感染症のパンデミックを受け、国際骨粗鬆症財団 (IOF:本部 スイス・ジュネーブ) より骨粗鬆症患者へのメッセージが発信されました。その声明に賛同した公益財団法人骨粗鬆症財団では、日本骨粗鬆症学会と日本理学療法士学会ウィメンズヘルス・メンズヘルス理学療法部門により監訳した内容を同財団のウェブサイトに掲載しています。金沢骨を守る会も、IOFの声明に賛同し、コロナ禍の骨粗鬆症についての理解を深めてもらうために、声明として金沢から世界に向け「コロナ禍で骨粗鬆症とどう向き合うか～ストップ・ザ・骨粗鬆症～」宣言を行います。

定期的に骨の密度を測りましょう  
三密はイヤだけど、  
骨には密(みつ)は大切

### YouTubeで講演配信

10月20日② 午前10:00～11月30日③ 正午12:00まで

人生100年時代、  
そしてコロナ禍での  
骨粗鬆症予防と対策

講師: 金沢骨を守る会  
代表 **三浦雅一**

北陸大学理事・薬学部教授、北陸大学地域連携センター長  
北陸大学健康長寿総合研究グループ長



\* IOF 声明



\* 日本骨粗鬆症学会、日本理学療法士学会ウィメンズヘルス・  
メンズヘルス理学療法部門 共同翻訳

金沢骨を守る会、公益財団法人骨粗鬆症財団

- ① 手洗い、咳エチケットを実施しましょう。
- ② 3つの密（密閉・密集・密接）を避けましょう。
- ③ 転倒を予防することが重要です：自宅に転倒につながるような障害物がないことを確認しましょう。
- ④ 医師から処方された骨粗鬆症治療薬の服用を中止しないようにしましょう。もし気になることがあれば、すぐにかかりつけ医に相談しましょう。
- ⑤ もし、かかりつけの医療機関や行政の指導で、自宅で過ごすように指導されている場合や、外出し病院へ行くことが心配な場合、または処方薬の補充が必要な場合は、電話診察を受けることも考えましょう。
- ⑥ 電話再診の方法と内容は医療機関毎に異なりますので、かかりつけの医療機関のホームページを確認するか、直接問い合わせして下さい。
- ⑦ 電話やメールを利用して、家族や友人と連絡を取り続けましょう。
- ⑧ 買い物や処方薬の補充、その他の用事が必要であれば、気兼ねなく協力をお願いしましょう。