

健康寿命を延ばすための 整形外科治療

参加無料

要事前申し込み

— いつまでも元気で活動できるように —

膝の痛みや腰痛などの症状を抱えたまま、不安な日常を過ごしていませんか？ マスク生活も続き、外出を控えて体を動かさないでいると、足腰も弱ってきます。健康を保ちながらこれからの人生を豊かに送ることができるよう、専門医らが解説。講演ごとに質疑応答の時間を設けます。

日時・会場

2022年

11月5日(土) 14:30~16:00
(開場14:00)

阪南市立文化センターサラダホール
小ホール

(大阪府阪南市尾崎町35)

定員120人



開演挨拶

玉井 宣行 先生 玉井病院理事長

講演①

健康寿命を延ばすための膝関節治療

平松 久仁彦 先生 玉井病院整形外科部長/膝関節センター長



講演②

MEDICAのススメ

～プライベートトレーニングで健康寿命を延ばして来年もお花見に行きましょう～

堀川 琢也 氏 パーソナルトレーニングルーム Advanced Rehab MEDICA トレーナー



講演③

骨おり損にならない腰痛対策

～いつまでも自分で歩くために～

苅田 充明 先生 玉井病院脊椎内視鏡センター長



終演挨拶

玉井 宣行 先生 玉井病院理事長

住所、氏名、年齢、電話番号、参加人数、質問があれば明記のうえ、はがきかファックス、またはメールでお申し込みください

入場券(ハガキ)をお送りします

はがき 〒530-0055 大阪市北区野崎町5-9
大阪よみうり文化センター「11/5 阪南健康講座」係

FAX 裏面の申込用紙をご利用ください

メール honbu@oybc.co.jp

お問い合わせ: TEL:06-6361-3325(平日10:00~17:00)

【受講時のお願い】

- 講演時はマスクの着用をお願いします
- 入場時の検温で37.5度以上の方は受講いただけません
- 手指消毒にご協力をお願いします
- 感染状況により聴講人数を見直すことがあります

