

# 第2回 区民公開講座

参加  
無料

## 1. 腰痛・肩こりの 原因と治療について

講師 井上泰裕医師(整形外科)

## 2. 自分でできる腰部のメンテナンス

講師 牛来 梓 RPT他  
(リハビリテーション科)

日時 平成 29年 9月 30日 (土)  
13:30 ~ 15:00 (予定)

会場 健康管理棟 2階 大会議室

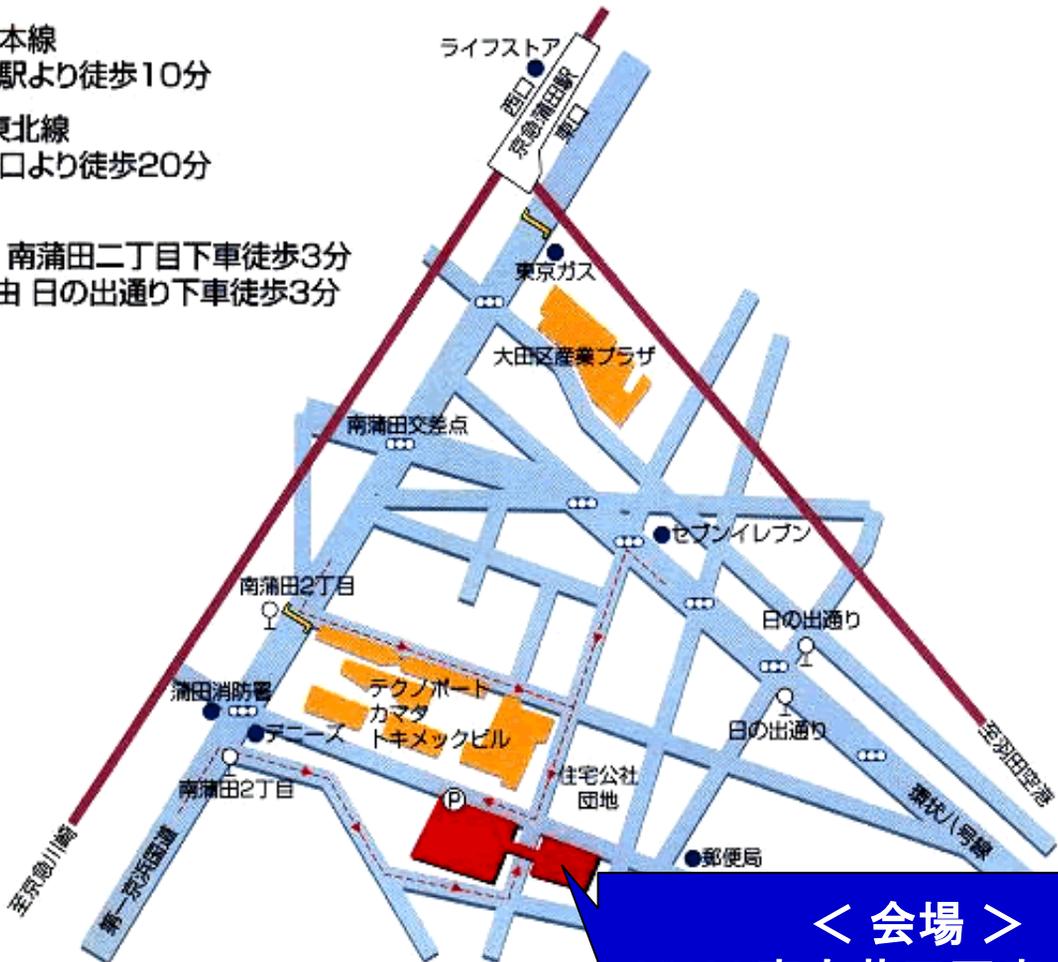
### ～ 内容 ～

- 整形外科的な観点から首と腰の病気について解説します
- 腰痛の予防および対処法について実演いたします (運動しやすい服装でご来院ください)

# アクセス

住所：東京都大田区南蒲田2-19-2

- ◎京浜急行本線  
京急蒲田駅より徒歩10分
- ◎JR京浜東北線  
蒲田駅東口より徒歩20分
- ◎バス利用  
萩中経由 南蒲田二丁目下車徒歩3分  
森ヶ崎経由 日の出通り下車徒歩3分



< 会場 >  
JCHO東京蒲田医療センター  
健康管理棟2階

問合せ先：☎03-3738-8221（代表）

地域連携室

独立行政法人地域医療機能推進機構(JCHO)  
東京蒲田医療センター