

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)