

からだイキイキ
ひざも元気で
ココロわくわく!!

ひざ痛さらば!

いつまでも元気なひざと
ココロを目指して!

入場
無料

いいふうふのひ

日時

平成 26 年 11 月 22 日(土)

13:30 開場 / 14:00 開始

場所

伏古記念会館

札幌市東区伏古7条2丁目8-15

基調
講演

ひざ痛さらば!

ひざの痛みのメカニズム

北新東病院 スポーツ医科学センター長

医師 島本 則道

実技・
講演

自宅で簡単!

ひざ痛予防エクササイズ

北新東病院 理学療法士 井上 祐美子

申込

予約不要・入場無料(定員 50 名)

[問い合わせ] 011-782-3309



40・50代の方も!

年齢・男女を問わず、
どなたでも参加できます。
地域の方々とお誘いの上、
ふるってご参加ください。

講演後、医師・理学療法士による
医療相談コーナーを設けます。
合わせてご参加ください!

ひざの健康講座