

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!

ひざ

入場 無料

いつまでも元気なひざと
ココロを目指して!

9月は健康増進普及月間

日時

平成27年 9月26日(土)

13:30 開場 / 14:00 開始

場所

札幌市苗穂・本町地区センター

※専用の駐車場のご用意がございません。公共機関をご利用下さい。

札幌市東区本町2条7丁目2-10

※地下鉄東豊線「環状通東駅」から徒歩20分前後
中央バス 東60番(北15条線) 東62番(本町線) 東69番(北札苗線)
→本町2条6丁目もしくは8丁目の停留所下車徒歩3分

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

入場無料(定員200名) **当日入場可能**

お電話にてご予約ください。

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!

健康講座