



佐野記念病院初の
ショッピングモールでの
健康フェスタを開催いたします!

社会医療法人 栄公会
佐野記念病院

膝の痛み



令和5年 健康講座 & 健康測定会

4月15日(土)

時間 11:00~15:30

場所 いこらも〜る泉佐野2階 いこらの森ホール
〒598-0062 大阪府泉佐野市下瓦屋 2丁目 2番 77号

講座プログラム

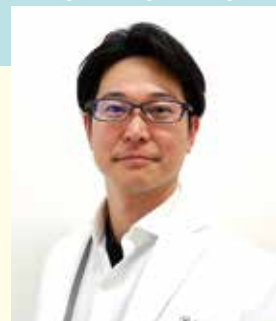
14:00~15:00

医師が伝える「健康な膝関節でいる大切さ」

予約
優先制
50名

ひざ関節の痛みのために、年を重ねるにつれて歩くことが辛いという方が増えてきています。健康講座では「ひざの痛み」の原因や治療法を中心に関節の専門医が詳しく解説します。

講師 佐野記念病院 整形外科・ひざ関節外来担当 中村卓 医師



15:00~15:30

リハビリ体操教室やってみよう!
自宅でできる“関節体操”

ご自宅でできるひざ痛予防になる運動や体操をご紹介します!

講師 佐野記念病院 リハビリテーション部 理学療法士 森健一郎



講座へ参加の申込みはお電話にてお申し込みください(予約優先制)

申込み締め切り4月12日(水)まで

申込・お問合せは健康講座担当まで

TEL 072-464-2111 [9:00~17:00]

※予約優先席が埋まり次第、ご予約は締め切らせていただきます。なお、当日は自由席も設けさせていただきます。

健康測定会

11:00~14:00

予約なしで参加できる、健康測定会を行います。当日、ご希望の検査を下記からお選びください。

① 全身体力測定

1. 握力 2. CS-30(両脚の筋力) 3. バランス検査 4. 歩行速度 5. 歩行バランスを測定します

② Inbody 測定

全身の脂肪量、栄養状態、筋肉量などを測定できる測定器です

③ 歩行チェック

歩き方や歩く癖などから、膝の痛みが出てくる場合があります。理学療法士がチェックし、アドバイスいたします。

※参加人数によっては、お待ちいただくことがあります。



Inbody