



ジリタス ×



社会医療法人 栄公会

佐野記念病院

健康講座

in 熊取町
キターネホール

これからの自分の体を考えて…



将来のひざの 健康計画



令和8年

4月11日 土

時間 14:00~16:00

場所 熊取町キターネホール

大阪府泉南郡熊取町野田2丁目9番15号

参加無料
予約不要

専門の医師や理学療法士が関節痛の原因と仕組みをわかりやすく解説し、
日常で実践できる予防法や正しい姿勢、負担を減らす動作のコツ、効果的なエクササイズを紹介します。
未来の自分の体を守るための実践的な関節ケアを学ぶ講座内容となっております。

第1部

14:00~14:50

膝関節の痛みのお話 / 膝関節の手術支援ロボットについて

社会医療法人栄公会 理事長 / 佐野記念病院 整形外科 膝・股関節センター長 中村 卓 医師



第2部

14:50~15:10

運動の効果を高める食事の摂り方

佐野記念病院 栄養管理科 管理栄養士 野中 美陽



第3部

15:15~16:00

自宅でできるトレーニングストレッチ

佐野記念病院 リハビリテーション部 / 機能訓練型デイサービス ARUKU JIRITAS 理学療法士 森 健一郎

さらに

会場外では管理栄養士による栄養相談会を実施します

講師プロフィール

佐野記念病院 整形外科 中村 卓 医師

すぐる

1983年泉佐野生まれ。大阪市立大学、大阪労災病院などを経て、現在に至る。2024年社会医療法人栄公会理事長に就任。
佐野記念病院 膝・股関節センター長として、膝関節・股関節疾患や外傷骨折治療を専門に、年間300件以上の手術を行う。
リハビリテーション部セラピストなどとも連携した治療をおこない、学会発表なども盛んに行っている。
資格：医学博士・日本整形外科学会専門医・日本リハビリテーション医学会専門医・日本人工関節学会認定医



お問い合わせ / 健康講座担当まで

072-464-2111

予約不要

予約なしでご参加いただけますので
講座当日 直接、会場へお越しください。



社会医療法人 栄公会

佐野記念病院