

骨と関節の日 市民公開講座

十月八日は
骨と関節の日

参加無料



ロコモ体操等の説明も
あります。
日常に体操を取り
入れてみませんか？

テーマ

健康日本21(第三次)における ロコモティブシンドロームの 減少のための方策

講演1

14:30~15:15

「骨と関節のためのロコモトレーニング」

講師：加藤整形外科医院 院長 **加藤 隆** 先生

ロコモ体操

15:15~15:30

「リラックス体操」加藤整形外科リハビリスタッフ

講演2

15:30~16:15

「せぼねの健康について」

講師：浜松赤十字病院 整形・脊椎外科部長 **安田達也** 先生

医療相談

整形外科に関するご相談をお受けします。

マスク着用は個人の判断ですが、感染対策のため可能な限りお願いします。

共 催：静岡県整形外科医会・静岡県臨床整形外科医会
後 援：静岡新聞社・静岡放送

令和6年

10/19 **土**

会場

**アクトシティ浜松
研修交流センター**

(浜松市楽器博物館6階)

62 研修交流室

浜松市中央区中央3丁目9-1
(Tel 053-451-1111)



静岡県整形外科医会
<https://shizu-seikai.jp/>

静岡県臨床整形外科医会
<https://www.scoa.gr.jp/>