

参加
無料

専門医に学ぶ

膝ひざ

の痛みと治療

専門医による講演・各種イベント

3/22 土 事前予約制

受付開始 14:00

閉 場 16:30

歩き出すときに膝が出ない、しゃがめない、階段の上り下りがツライ…もう年だから仕方がない？
痛みを負けて、外出しないなんてもったいない！
自立した生活の維持は「膝の健康」にかかっています。
「膝」と「健康」を学ぶイベントを開催します。



講演

15:00~
15:30

専門医による膝のお話



板倉病院 整形外科医長
吉岡 太郎 医師

変形性膝関節症とリウマチによる膝の痛みについて、共通する部分とその違いを、分かりやすく解説いたします。

[資格]

日本整形外科学会整形外科専門医
日本リウマチ学会リウマチ専門医・指導医
日本人工関節学会認定医



体操

14:30~
15:00

体力測定

理学療法士が簡単な運動を通して筋力とバランスを測定します。膝を滑らかに保つには、痛みやムリのない運動を続けることが大事。座りながらできる体操と一緒に練習しましょう。



相談

14:00~
16:30

介護相談

すでに介護されている方はもちろん、福祉サービスにはどんなものがあるの？老後資金はどれくらい必要なの？など、気になることに医療相談員がお答えします。



栄養

14:00~
16:30

ベジチェック&試食会

指先をセンサーにあて野菜摂取量が足りているかをチェックします。栄養補助食品の上手な使い方もご紹介いたしますので、試食しながらご自身にあったものを探してみてください。

会場

板倉病院 (千葉県船橋市本町2-10-1)
6階 コンファレンスホール
エレベーターあり

予約方法

下記、お申込みフォームからご予約ください。

[Googleお申込み専用フォーム](#)

問い合わせ先

☎ 047-431-2662 (代表)

担当：由良、城築、姫野

ご来院される方は、下記の申込用紙をご記入の上、板倉病院 受付にご提出いただくか、院内各所に備え付けの応募箱に入れてください。

キリトリ線

専門医に学ぶ「膝」の痛みと治療 参加申込書

代表者
かな氏名

連絡先

()

参加
人数 ()人