

自分で治せる！

膝痛・肩痛



膝痛、肩痛で悩んでいませんか？
あなただけではありません。



日時：2月5日（土） 13：00～15：00

場所：野幌公民館1階ホール（江別市野幌町13-6）

内容：第1部 「どうして痛いの？膝・肩のしくみ」

講師 松本 大（KKR札幌医療センター 整形外科医）

第2部 「膝をきたえ、肩をうごかそう！」

講師 大野 靖昭（北海道中央労災病院 理学療法士）

会費：無料

定員：130名程度

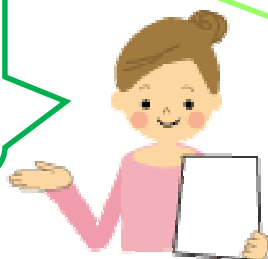
【申込み・問い合わせ先】

江別市民活動センター・あい 担当 西

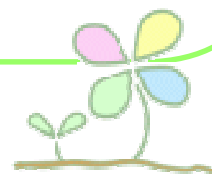
〒069-0813 江別市野幌町30番地1 TEL 011-374-1460

当日参加も可能ですが、資料準備の都合上、事前に申し込みできる方はお願いします。

講演会後16:30まで、医師、
理学療法士、管理栄養士、
看護師、による健康相談を
実施します！



膝痛、肩痛だけでなく、持病のこと、介護のことや、ちょっと聞きたいことなど何でもどうぞ。
健康診断結果や薬について質問のある方は、結果やお薬手帳などをご持参ください。



主催 Piece（ピース）～地域健康づくりサポーター～

この講座は江別市「協働のまちづくり活動支援事業」の補助金を受けて実施するものです