



健康ポイント該当事業

～健康長寿推進講演会のお知らせ～

「腰痛・膝痛の 原因と予防法について」



《講 師》 公立大学法人福島県立医科大学 整形外科学講座
助手 鈴木 駿介 先生

♣『腰痛』や『ひざなどの関節痛』は、日本人の約80%が経験すると言われています。

“痛むから”と言って体を動かさないでいると、身体機能や認知機能の低下につながってしまう場合もあります。

この機会に、腰痛・膝痛の原因と予防法について学んでみませんか？

【日 時】 令和6年12月18日（水）

講演9：30～11：00（開場9：00）

【場 所】 大玉村農村環境改善センター

（下履きのままお入りいただけます）

【申し込み】 先着30名（無料）

健康福祉課健康長寿推進係（48-3130）へ
12月11日（水）までにお申し込みください

【そ の 他】 おおたま生き粋大学との共催事業となります

お問い合わせ：健康福祉課 健康長寿推進係（保健センター内）Tel48 - 3130