

腰と膝を健やかに保つ知恵と 運動と栄養の秘訣！

参加費無料

日時： 令和6年10月6日（日曜日） 正午開場

場所： 浦和コルソ 7階ホール JR浦和駅西口すぐ

定員： 200名（事前参加申し込み制）

午後1時～2時 整形外科医による個別医療相談（当日希望者のみ）
超音波骨量測定（定員80名・事前申し込み制）

午後2時10分～ 市民公開講座



新井嘉容先生



石橋英明先生



新井智之先生



成田美紀先生

総合司会 アナウンサー 佐治真規子さん

NHK ラジオ深夜便 ディレクター・聞き手



佐治真規子さん

講演1 「腰の痛みと腰曲がり」

済生会川口総合病院 副院長／整形外科主任部長 新井嘉容 先生

講演2 「ひざ痛の予防と治療～自分でできること、病院ができること」

愛友会 伊奈病院 副院長／整形外科科長 石橋英明 先生

講演3 「いつでも！どこでも！手軽にできるロコモ予防体操」

埼玉医科大学 保健医療学部 理学療法学科 教授 新井智之 先生

講演4 「筋肉や骨を健やかに保つ栄養のポイントとレシピ」

東京通信大学 人間福祉学部 准教授 成田美紀 先生

（4時40分ごろ終演予定）

ハガキ、ファックスまたはQRコードでお申し込みください。

ハガキ、ファックスで「市民講座申込み」と書き、①氏名（ふりがな）、②住所、③電話番号、④市民講座・個別医療相談・骨量測定の希望者数をご記入の上、下記までお送り下さい。

【お申込み先】

〒338-0011 さいたま市中央区上落合2-11-27 北与野ビル3階

帝人ヘルスケア株式会社埼玉支店「骨と関節の日」係

FAX:048-854-0484（お間違えのないように）

【お問合せ先】 帝人ヘルスケア株式会社埼玉支店「骨と関節の日」係

TEL:048-854-0092（土日・祝日を除く9時～17時）



申し込み方法

共催：埼玉県整形外科医会 日本臨床整形外科学会（JCOA）埼玉県支部 帝人ヘルスケア株式会社

後援：埼玉県 さいたま市 埼玉県医師会 浦和医師会 川口市医師会 大宮医師会 北足立郡市医師会

上尾市医師会 さいたま市与野医師会 岩槻医師会 全国ストップ・ザ・ロコモ推進協議会

骨量測定協力：日本シグマックス株式会社