

第27回

南多摩病院公開講座

日時：2019年 **2**月**23**日 (土)

午後 2 時 ▶ 4 時

開 場 1時30分
病院見学会 (希望者) 4時から

整形外科的 痛みの種類

～痛み止めはどうして効くの？～

南多摩病院 副院長
骨折・手外科セン
ター整形外科

日本手外科学会 専門医

いずみやま こう
泉山 公

日常生活を送る上で身体に「痛み」が生じると身体を動かそうとする意欲が低下し、活動量も減ってしまいます。すると、全身の筋力は衰えてしまい、何ごとにも億劫になってしまいます。整形外科の領域において、痛みを取り除くことで筋力低下を予防し、骨も身体も強くすることが大切です。これからの予防、治療にお役立て頂けたら幸いです。

貯「筋」活動を始めましょう！

南多摩病院 リハビリ科

理学療法士

みわ
三輪

まき
真紀

さとう
佐藤

あいり
愛璃

人間の身体を構成する筋肉は約600個もあると言われています。みなさん、毎日600もの筋肉を動かしていますか？運動による貯“筋”は身体に良いことがたくさんあります。寒い季節に体の中からポカポカするような運動をご紹介します。

定員 先着100名様

場所：南多摩病院 8階 会議室 (西八王子駅南口 徒歩1分)
申込締切：2019年2月21日(木)
事前に下記のいずれかの方法で申込頂きたくご協力をお願いします。
①受付に参加申込書を提出
②F a x ・ 郵送にて参加申込書を送信
F A X : 042-663-0134 (送信表は不要です)
③電話での申し込み
T E L : 042-663-0111 (医療連携室まで)



皆様のご参加をおまちしております！！

ご不明な点は南多摩病院医療連携室へお問い合わせください。

電話042-663-0111(代表) 〒193-0832 東京都八王子市散田町3-10-1



医療法人社団 永生会

南多摩病院