

理学療法士による！

健康相談教室

2024年6月17日(月)



講師：伊藤 彰浩 株式会社MEDI-TRAIN 代表取締役

理学療法士、日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー。トップアスリートから子ども、高齢者まで幅広い年代に向けたリハビリテーションを経験。現在は、東京、神奈川を拠点に、オリンピック強化指定選手のパーソナルトレーニングや地域住民を対象にした健康教室、ウォーキング教室などを各地で開催している。

理学療法士とは？

「歩く」「立つ」などの日常生活に不可欠な基本動作能力の改善を専門とします。腰痛や膝の痛み、転倒などに対する予防や治療を目的に、筋力や柔軟性、バランス能力、日常生活動作を改善する運動療法の指導を行います。

詳細は裏面へ

OHTAWA MEDICAL & SURGICAL INSTITUTE

個別相談

午前 09:00～12:00 (5 枠) 1人 30分

午後 15:30～16:30 (2 枠) 1人 30分

大多和医院 (詳細予約時にご案内)

こんな症状でお悩みの方にオススメ！

- ✓ 歩く、立つなどの動作が不安
- ✓ 階段の昇り降りですねが痛い
- ✓ ちょっとした段差でつまづくようになってきた
- ✓ 腰の痛みがなかなか良くなるらない

健康教室

午後 14:00～15:00 (15人限定)

大多和医院 待合室

テーマ：理学療法士による腰痛予防教室

腰痛が起こる原因や腰痛を防ぐために
必要な生活習慣や運動方法を
分かりやすくお伝えします。

予約は大多和医院受付または、
お電話にてお願いします。

0475-33-6111