



ひざの痛み、がまんして いませんか？

こんな症状の方は要注意!!

ひざの

痛みで歩くのがつらい

○脚ぎみになってきた

イスからの立ち上がりが痛い

そのような方はお気軽に下記講座へ
お越しください。



茨城県指定地域リハ・ステーション 【第14回 市民講座】

[テーマ]

ひざの痛みについて ~ひざの痛みが変われば人生が変わる~

■講師

北水会記念病院 整形外科 医師
[社]日本整形外科学会認定整形外科専門医]

西野 正洋



■講師

北水会記念病院 理学療法士

海老澤 朋弥



■日時 平成29年 **11月19日(日)** 13:30~15:30

■会場 医療専門学校 水戸メディカルカレッジ 3階講堂
(水戸市東原3-2-5 水高スクエア内)

■定員 **200名** 要申込 参加費無料 ※定員になり次第、
締め切らせていただきます。
※医師・理学療法士(PT)による個別相談も行います。

北水会記念病院

手術からリハビリまで
一貫した診療体制



ひざの痛み 個別相談

予約制



医師



理学療法士

ひざ痛 予防教室 ~元気なうちから始めよう!~

会場内
ブースにて
開催!

ひざ痛に対する効果的なストレッチ
や筋力訓練を理学療法士が、実演・
実技を交えて説明します!
是非、お立ち寄りください! (1回10分程度)



無料送迎を
ご利用ください。



詳細については裏面をご覧ください。

お申し込み先 — 北水会記念病院 総務課
TEL.029-303-3003 FAX.029-303-3078

メールでのお申し込みも可能です。
hospital@hokusuikai-kinen.jp

詳しくは当院ホームページをご覧ください

北水会記念病院

検索





第14回 市民講座 内容

13:30~15:30 (予定) **要申込**

ひざの痛みについて

~ひざの痛みが変われば人生が変わる~



第12回市民講座の様子

元気なうちから始めよう!
ひざ痛 予防教室

**講演前
のみ**

予約不要 1回 10分程度

[講演前]

12:30~13:20

ひざ痛に対する効果的なストレッチ
や筋力訓練を理学療法士が実演・
実技を交えて説明します!
是非、お立ち寄りください!



理学療法士による
ひざの痛み個別相談

**講演前と
講演後の
2回ございます**

要予約 お一人様 10分程度

[講演前] **12:00~13:20**

[講演後] **15:40~16:30**

人数に限りがございますので
お早めにご予約ください。

※定員になり次第、締め切らせていただきます



医師による
ひざの痛み個別相談

**講演後
のみ**

要予約 お一人様 10分程度

[講演後] **15:40~16:30**

手術をご検討されている方を
優先いたします。

※定員になり次第、締め切らせていただきます



会場のご案内 (水高スクエア内)

医療専門学校 水戸メディカルカレッジ
(水戸市東原3-2-5)



無料送迎をご利用ください。

●無料シャトルバス

水戸駅南口バスのりば・赤塚駅南口ポスト付近
からのシャトルバスがご利用いただけます。
(水戸駅・赤塚駅 11:30、12:15、13:10発予定)

●無料自宅送迎サービス ※要申込

送迎範囲

水戸市、ひたちなか市、那珂市、笠間市、
城里町、茨城町、大洗町

※送迎車両に限りがありますので
お早めにお申し込みください。



お申し込み先
北水会記念病院 総務課

TEL.029-303-3003 FAX.029-303-3078
メールでのお申し込みも可能です。hospital@hokusuikai-kinen.jp

詳しくは当院ホームページをご覧ください

北水会記念病院

検索