

この先も、
ずっと歩む
この足と一。

先着
100名

第39回 岡山済生会総合病院 市民健康セミナー

ひざの痛み、放^のっておいて大丈夫？

～この先も歩くために、今できること～

12/13
土

時間 午前10時～12時（開場 午前9時半）

場所 岡山済生会総合病院 岡山市北区国体町2番25号
管理棟4階 さいゆうホール

講演1 この膝の痛み 様子みても大丈夫？～注意すべき膝の痛み

岡山済生会総合病院 整形外科 主任医長 / 医師 釜付 祐輔

講演2 ずっと自分の足で歩くためにできること

～運動療法と靴や杖の工夫～

岡山済生会総合病院 リハビリテーションセンター / 理学療法士 内田 寛樹

講演3 膝にやさしいカラダづくり～減量のコツと骨の栄養～

岡山済生会総合病院 栄養科 / 管理栄養士 小野 真由子



そのひざの痛み、放っておいて大丈夫？

～この先も歩くために、今できること～

日 時：2025 年 12 月 13 日（土）午前 10 時～12 時（開場 午前 9 時半）

場 所：岡山済生会総合病院 管理棟 4 階 さいゆうホール（岡山市北区国体町 2 番 25 号）

⚠ お申し込み前にご確認ください

- ☐ 気象警報などの状況により開催中止となる場合は、ホームページにてお知らせします。
- ☐ 会場は国体町の岡山済生会総合病院です。伊福町の岡山済生会外来センター病院ではありません。
- ☐ お車でお越しの方は岡山済生会総合病院の駐車場をご利用ください。
- ☐ 必要に応じて上着、お飲み物をお持ちください。
- ☐ 1 回のお申し込みで合計 3 名までお申込みいただけます。
- ☐ ご登録いただいた個人情報は、セミナーの管理目的のみで使用させていただきます。

WEB でお申し込みの場合 ➡

右の QR コードを読み取り、
必要事項をご記入ください。



FAX でお申し込みの場合 ↓

- 下記の情報をご記入の上、下部の FAX 番号あてに送信ください。
※FAX の到着連絡は現在行っておりません。確認が必要な場合は、お問合せください。

（ふりがな）

代表者お名前

お電話番号（日中に連絡が可能なもの）

メールアドレス（お持ちの場合）

お連れ様お名前①

お連れ様お名前②

申込締切：2025 年 12 月 10 日（水）

FAX 送信先

086-252-7375

お問い合わせ先 | 岡山済生会総合病院 市民健康セミナー事務局（広報企画課）

TEL：086-252-2211（大代表） 対応時間 | 平日 9:00-16:30