

# 戸田中央総合病院 第35回 市民公開講座

ロコモとは、正式名称「ロコモティブシンドローム（和名：運動器症候群）」といい、筋肉、骨、関節、軟骨、椎間板といった運動器に障害が起こり、「立つ」「歩く」などの機能が低下した状態のことです。

今回は、ロコモとは何か？またその原因と対策、そしていつまでも自分の足で歩き続けていくために必要な予防法を専門医がわかりやすく解説します。

みなさまのご参加をお待ちしております

定員  
100名様  
**参加無料**  
要事前申込  
(電話・メール)

満席となる場合がございますので、お早めにお申し込みください！

## 戸田の中心で 「ロコモ」をさげば!!

LOCOMO

～寝たきりにならないための関節症対策～

平成29年

日時 | 3月4日(土) 午後2時～  
受付開始 ● 午後1時30分

講師 | いしだ つねひと 戸田中央総合病院 整形外科 部長  
**石田 常仁**

会場 | 上戸田地域交流センター  
(あいパル) 3Fホール1・2・3  
戸田市上戸田2-21-1

### ！ 会場に関するご注意

- 会場へお越しになる際は、駐車場台数に限りがございますので、公共交通機関またはお車以外の方法でご来場ください。  
受付開始時間(午後1時30分)より順にご案内いたします。



戸田中央医科グループ  
Toda Medical Group

＜お申し込み・お問い合わせ＞  
戸田中央総合病院 総務課 (坂井・金井)

☎ 048-442-1393

✉ toda-kikaku@chuobyoin.or.jp

※講師の都合等により日時や会場を変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。

主催：戸田中央総合病院

共催：NPO法人腎泌尿器腫瘍研究会