

## 第10弾『かどやくセミナー』にご参加を！

門真市薬剤師会のオリジナルセミナー、第10弾を企画しております。

会員はもちろん、非会員でも参加可能となっております。お気軽にご参加下さい。

日時： 6月22日（土）16時00分～17時40分

会場： 門真市薬剤師会事務所

内容：『 整形外科疾患に対するセルフケアアドバイスのポイント  
～腰・股関節・膝～ 』

momentum 姿勢バランス研究所 渡辺 友和先生

90分

momentum姿勢バランス研究所の渡辺友和先生に2回にわたり、整形外科疾患に対するセルフケアアドバイスのポイントについて実践を交えお話いただきます。

第1回目は、腰・股関節・膝編で、患者さんが持つ身体の症状に対して、必要な身体構造や機能の理解から簡単な動きや口頭でアドバイスができるポイントを、第2回目（10月頃を予定）は、肩首・肘腕・足についてです。

### 第1回のトピック

#### <腰痛>

- ・急性腰痛に対する安静・運動
- ・腰痛に対するコルセット使用のポイントと注意
- ・慢性腰痛患者の腰の状態の理解と運動・生活指導のポイント

#### <股関節>

- ・変形性股関節症に対する構造的理解
- ・股関節エクササイズの基本と応用

#### <膝関節痛>

- ・変形性膝関節症患者のアライメントの特徴からみるエクササイズ
- ・変形性膝関節症患者に対するセルフマッサージ指導
- ・下半身筋力強化のためのスクワットエクササイズ指導のポイント

※ 日本薬剤師会研修会シール 1単位（薬剤師章を持参下さい） ※ 非会員は会費500円をいただきます。

出席される方は、6月5日（水）までに門真市薬剤師会事務所FAX06-6907-2771へご連絡下さい。

第10弾かどやくセミナー 出席する

薬局名 \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_