

東大病院 整形外科・脊椎外科

健康長寿に向けた“腰痛教室”

(スペシャリスト松平医師による腰痛・姿勢改善指導)

腰痛は怖くない！！

個人の状況に合わせた運動指導を含め、セルフマネジメントの方法をお伝えする、1回完結の腰痛教室です。

対象：腰痛に悩まれている方

日時：平成29年12月18日(月) 14:00～16:00

質問コーナーも
あります！

場所：中央診療棟Ⅱ 7階 中会議室

定員：20名（先着順：定員になり次第締切とさせていただきます）

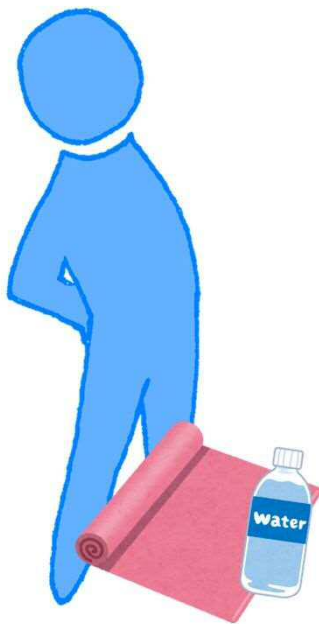
講師：松平 浩 医師（専門：整形外科、腰痛）ほか

受講料：15,000円（テキスト、スポーツタオル、傷害保険加入等）

予約方法：メールでお申込み下さい。

koshi@adm.h.u-tokyo.ac.jp

服装・持ち物：運動できる動きやすい服装、水



※腰痛に関する研究内容は関連講座HPをご参照下さい。 <http://lbp4u.com/>