

『肩の痛みに悩んでいませんか？』

平成 28 年

1/25(月)

◆場所：豊平保健センター  
2階 講堂

◆時間：14:00～

◆対象：区民のみなさま  
直接会場にお越しください♪



★今年は、講演の後に「ストレッチ」を行います！  
みなさん、動きやすい服装で来てくださいね!!

## ～健康づくり講演会～

テーマ 『 雪かきで痛めていませんか？ 』

～肩の病気と日頃のケアについて～ 』

講師 仁陽会 西岡第一病院

副院長 小島 昌規 先生

(日本整形外科学会スポーツ認定医)



冬の間の健康づくり、この機会に考えてみませんか？

主 催：札幌市医師会豊平支部  
共 催：札幌市豊平区役所  
問合せ：豊平区保健福祉部健康・子ども課(Tel：822-2472)