

NPO法人兵庫脊椎脊髄病医療振興機構(HOSD)  
第6回市民講座

# 「首と腰の悩み」市民講座

## 1. 脊柱管狭窄症のお話 —手術のタイミングなど—

労働者健康福祉機構神戸労災病院 副院長  
NPO法人兵庫脊椎脊髄病医療振興機構 理事長

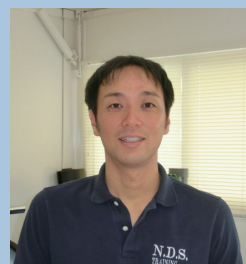
鷺見正敏  
すみ まさとし



## 2. 簡単に出来る体幹トレーニングで腰痛を防ぎましょう!

株式会社エヌ デイ エス 取締役  
(アスレティックトレーナー:NATA公認)

中務正幸  
なかつかさ まさゆき



## 3. 骨粗鬆症と背中への曲がり

国立病院機構神戸医療センター 外科系診療部長  
NPO法人兵庫脊椎脊髄病医療振興機構 副理事長

宇野耕吉  
うの こうき



開催日時：平成25年5月19日(日)

午後14時～16時30分(13時30分開場) ※質問コーナーあり

開催場所：「生田神社会館」4階 ※「三宮」から北へ徒歩5分

●会費 1,000円 (HOSD市民会員・18歳以下は無料)

●事前申込(先着:200名) ※お申込み方法は裏面をご覧ください。

主催：NPO法人兵庫脊椎脊髄病医療振興機構(HOSD)

