

ひざ痛の原因や対処法を詳しく学ぶ

ひざの痛みを引き起こす病気等について解説します。
痛みの改善法を知り、日常生活や運動に役立てましょう。

日	時	10月24日（金） 午後1時30分～2時30分
場	所	宮前いきいきセンター 4階ホール
対 象 者		川崎市在住60歳以上の方
講 師		北見 圭司 医師 (当センター整形外科嘱託医)
参 加 費		無料
定 員		32名 先着順
申込方法		9月22日（月）から直接窓口 又は電話にて ※日曜・祝日を除く 受付時間：午前9時～午後4時



※お申込みにあたっては、裏面も御覧ください。

《お申込みの皆様へ》

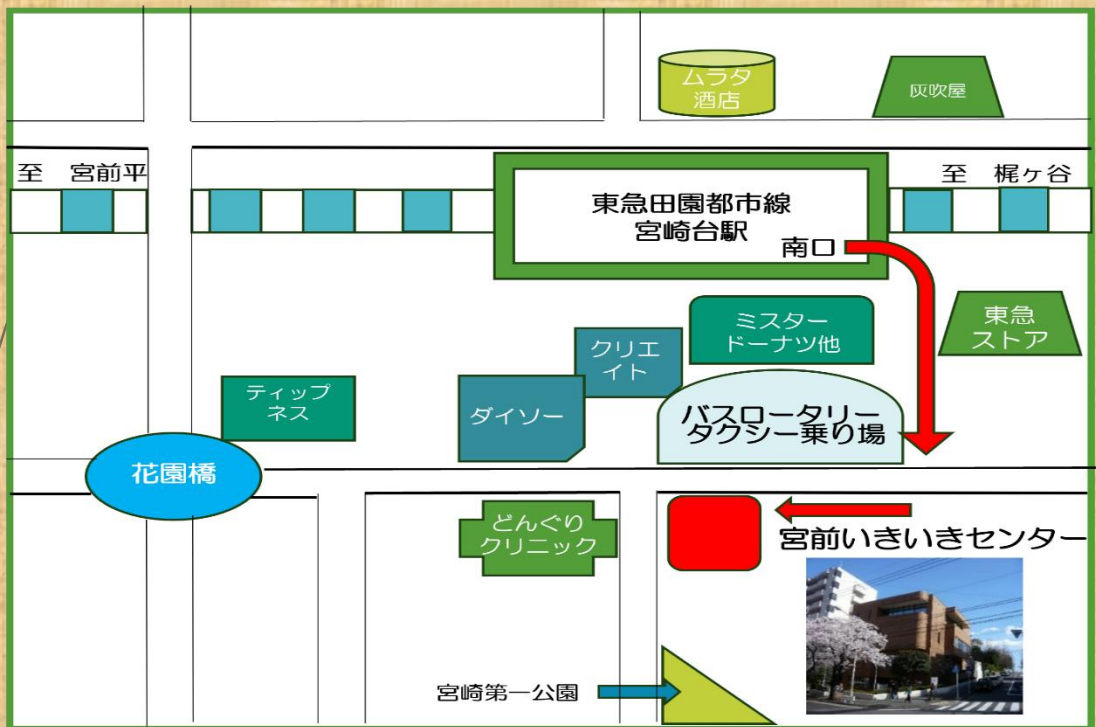
- 1 新型コロナウイルス感染症の法的位置づけは変更されましたが、高齢者が感染した場合の重症化リスクは高いとされていますので十分注意が必要です。感染防止に有効とされている基本的な感染症対策に御留意くださるようお願いいたします。

【基本的な感染症対策】

- ・体調不安や症状がある場合の自宅療養、受診
- ・三密（密閉・密集・密接）の回避、対人距離の確保
- ・手洗い等の手指衛生 ・窓開けによる換気
- ・その場に応じたマスク着用や咳エチケット

※感染症による重症化を引き起こし得る疾病をお持ちの方は、医師に相談するなど、施設の利用を慎重に御検討ください。

- 2 感染症の状況や講師の都合等により、やむを得ず日程等の変更、あるいは中止する場合があります。



宮前いきいきセンター（川崎市宮前老人福祉センター）

〒216-0033

川崎市宮前区宮崎2-12-29

電話 044-877-9030

FAX 044-877-9232

担当 森下