

# ◆ スポーツでみられる膝・足の靭帯損傷の診断と予防

# ◆ Jrアスリートの栄養管理・食事について

当院ではスポーツ専門医を中心にスポーツ障害・外傷の治療に力を入れています。この度、膝・足の靭帯損傷についての講演会を開催致します！下肢はどのスポーツでも負荷がかかるため、傷害が多く発生しています。下肢のスポーツ傷害の病態・治療と、傷害を予防するために日頃から実践できるストレッチや筋力トレーニングについて、実技も含めながらお話します。また、管理栄養士より栄養管理・食事に関するお話もありますので、是非ご参加下さい！！

日時：平成30年11月10日(土)14:30～16:30

(受付開始 14:00～)

会場：浜松市リハビリテーション病院 第1リハビリテーション室

定員：40名

費用：無料

対象：小学生・中学生・指導者・保護者

申込方法：総合受付までお尋ねください

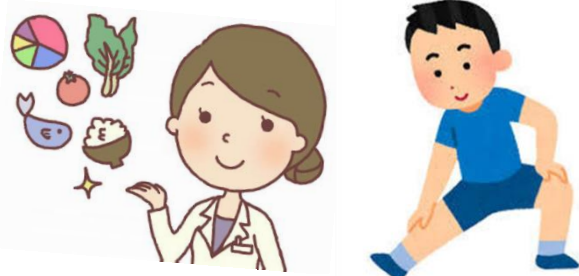
※申込締め切り：平成30年11月6日(火)

その他：当日は動きやすい服装でお越し下さい

## ～ 講師 ～

スポーツ医学センター長  
管理栄養士  
理学療法士

尾藤 晴彦  
石野 智子  
前川 卓也  
宮澤 啓太



お車でお越しの際は当院の駐車場をご利用ください

ご不明な点がございましたら以下までご連絡ください

浜松市リハビリテーション病院  
スポーツ医学センター事務局 松本・小野田  
住所：浜松市中区和合北1-6-1  
TEL:053-471-8331(月～金 9:00-17:00)

