

整形外科医が教える健康体操教室

2023年7月22日（土）

股関節痛（変形性股関節症他）

股関節が痛いという場合でも股関節、つまり骨盤の受け皿である臼蓋や大腿骨の付け根である大腿骨頭に問題がない場合もあります。純粋な股関節でなく、股関節周囲の筋肉、関節包などの軟部組織にストレスがかかっているために痛みが出ることもあります。

どちらの場合でも足、膝から来る股関節の動く適切な位置が獲得できていないため股関節や股関節周囲に痛みが出てしまいます。正しい股関節の動く位置を獲得して下肢から骨盤に伝わるスムーズな動きを身に着け、股関節痛を解消していきましょう。

日時：7月22日（土）17:10～18:10

場所：病院リハビリテーション室

講師：小島正博 整形外科部長

参加料：2000円（資料込み）

人数：先着10名まで

持ち物：**水分 タオル 動きやすい服装**

申込み：当院医事課受付



動作が変化しているのが分かるように動画撮影も行います。変化は見て確認できます。

十分気を付けて行いますが、教室中の怪我等について責任は負えません。