



パロマ瑞穂スポーツパーク

Paloma Mizuho Sports Park

# スポーツにおける障害と予防

## 『膝・肩・腰の痛み 治療と予防策を学ぼう!』

運動やスポーツを続けている皆様の中には、「膝・肩・腰の痛み」に悩まされている方もあるでしょう。1日目はスポーツ整形外科の医師をお招きしてお話を伺います。2日目は運動を実際に行います。痛みや違和感がある方、今後「けが」をせずに運動やスポーツを続けるために、一緒に学びましょう!

令和元年12月11日・18日(水) 午前10時~11時30分

- ◎定員 15名
- ◎対象 一般 (中学生以上)
- ◎講師 井戸田整形外科名駅ｽﾎﾟｰﾂｸﾘﾆｯｸ院長  
亀山 泰先生 (12月11日)



亀山先生は20年近く(公財)スポーツ医・科学研究所に在籍、平成26年より現クリニック院長、日本整形外科学会専門医・認定スポーツ医、日本スポーツ協会公認スポーツドクター、トヨタ自動車ラグビー部チームドクター(ほか)。早期スポーツ復帰、社会復帰、生活動作改善、疼痛軽減など小児から高齢者まで幅広く診療されています。

パロマ瑞穂スポーツパーク指導員ほか (12月18日)

- ◎受講料 1,000円 (12月11日にご用意ください)
- ◎持ち物 筆記用具 (12月18日は動きやすい服装、靴でお越しください)
- ◎申込方法 11月11日 10:00よりお申込ください。  
電話・FAX・窓口で先着順に受付します

〒467-0011

名古屋市瑞穂区萩山町三丁目68番地の1

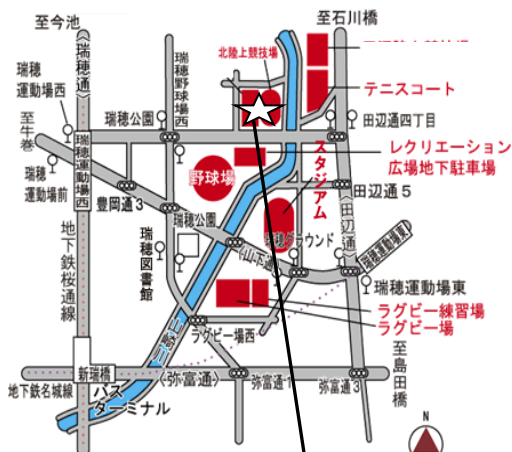
パロマ瑞穂スポーツパーク (管理第2係)

TEL 052-836-8210



FAX 052-836-8211

(指定管理者: (公財) 名古屋市教育スポーツ協会)



パロマ瑞穂スポーツパーク  
管理第2係はここです。