

成田市 健康・福祉まつり

国際医療福祉大学成田病院 市民公開講座



『変形性膝関節症とリハビリについて』

日時：2025年 10月 18日（土） 10：00～11：30

場所：成田市保健福祉館 成田市赤坂1-3-1 ご予約は不要です

立ち上がりや歩き始めに感じる膝の痛み、階段の上り下りに辛さを感じていませんか？膝の痛みは運動や生活動作を制限し、趣味や楽しみまで奪ってしまいます。変形性膝関節症の治療や治療とあわせてできる運動、食事の工夫など、専門的な視点からわかりやすくお話しします。この機会に、正しい知識を身につけ、ご自身の身体と向き合ってみませんか？どなたでもお気軽にご参加ください。

講演① 10：00～

『変形性膝関節症を知ろう～診断と治療、日常生活の工夫～』



【専門】整形外科 膝関節外科、人工関節手術（股関節、膝関節）、外傷一般

ないとう やすし

内藤 寧 医師

国際医療福祉大学成田病院 整形外科
国際医療福祉大学 病院助教

整形外科ページは
こちらから



講演② 10：35～

『正しい運動、生活動作を
実践しましょう～リハビリ編～』



国際医療福祉大学成田病院
リハビリテーション技術部 室長

さいとう まさみ

理学療法士 齋藤 正美

講演③ 11：00～

『正しく食べて元気に過ごそう
～骨と筋肉のための栄養～』

国際医療福祉大学成田病院 栄養室

まつい ゆうか

管理栄養士 松井 優香



11：20～ 質疑応答



国際医療福祉大学成田病院

当院webサイト
はこちらから

