

第21回『耳寄り健康教室』のご案内

医学的見地からの スポーツトレーニング方法

スポーツのレベルアップのためにトレーニングをされている方は多いと思いますが、医学的にみて良いトレーニングと悪いトレーニングがあります。レクリエーションレベルから競技レベルまで、どのようなトレーニングが効果的かつ体に負担をかけないのか、分かりやすく、お話いたします。お気軽にご参加ください。

講師：おゆみの中央病院
リハビリテーション科 部長
中村 哲雄 医師

開催日時

平成31年2月16日(土曜日)14時より ※1時間程度

教室会場

おゆみの中央病院 2階会議室

参加無料

お問い合わせ

電話 043-300-3369 どなたでもお気軽にご参加いただけます。



医療法人社団淳英会

おゆみの中央病院

OYUMINO CENTRAL HOSPITAL

おゆみの中央病院

検索

〒266-0033 千葉市緑区おゆみ野南6-49-9

☎ 043-300-3355(代表)

日曜終日

整形外科・リハビリ外来診療しております。

【診療科目】

整形外科、内科、循環器内科、呼吸器内科、麻酔科、リウマチ科、
形成外科、脳神経外科、リハビリテーション科

【入院設備】 ※平成30年4月 21床増床いたしました

170床 内訳：一般病床50床、地域包括ケア病棟60床、回復期リハビリ病棟60床

【施設設備】

MRI(3.0T)・CT(64列)・血管造影装置・超音波診断装置・手術室(2室)・
リハビリテーション室(各病棟に設置、合計600㎡以上)



リハビリ室

