

整形外科
医局説明会
7月24日
19時～

1



片足立ちで靴下がはけない

2



家の中でつまずいたり、すべったりする

3



階段を上がるのに手すりが必要

4



家のやや重い仕事が困難

5



2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難

6



15分くらい続けて歩くことができない

7



横断歩道を青信号で渡り切れない

上記に1つでもあてはまったあなたはロコモ予備軍です。ロコモ対策は整形外科へ！
あてはまらなかったあなたも整形外科の話聞いてみませんか？

Tel:7321 e-mail:nagasaki.ortho.ikyokucho@gmail.com 医局長 木寺健一