

# 第20回

## 後縦靭帯骨化症 黄色靭帯骨化症

気軽に  
できる!

★理学療法士の先生から学ぶ 症状対応ストレッチ★

# リハビリ講習会

令和6年 **11**月**24**日 日  
午後2時00分～4時00分

参加費  
無料



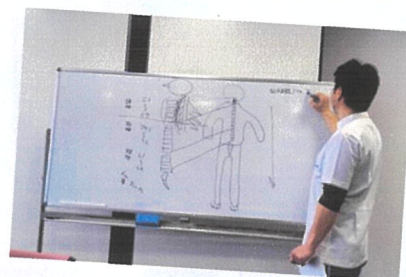
演題:「皆で学ぼう、生活動作 共有しよう、日常生活」

14:00～14:30 日常生活で困っていることの共有

14:30～15:10 皆で動作の共有

15:20～16:00 日常生活に必要な筋肉のストレッチ

協力: 社会医療法人 健生会 土庫病院  
講師: リハビリテーション科 理学療法士(一人体制で実施)



場所: はぐくみセンター (奈良市三条本町13-1)  
奈良市ボランティアインフォメーションセンター 1F 会議室1-1

資格: 骨化症を含む脊柱管狭窄症の方(一般参加可)

定員: 12名(先着順)

主催: 奈良骨化症患者の会 後援: NPO 法人 奈良難病連

お問合せ・お申込み: 携帯 梅本 090-5977-5855

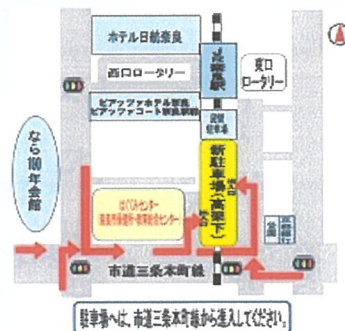
橋本 080-5896-6389

Mail: nara-kokkasyo@infoseek.jp

HP: <https://oslnara.exblog.jp/>

※ 1)お名前 2)市町村までの住所 3)電話番号 4)年齢  
5)性別(任意) を添えて携帯電話もしくは上記メールまで  
お願い致します。(個人情報は警報が出た際の連絡のみに使用)

※定員になり次第締め切らせていただきます。



はぐくみセンター 駐車場  
JR 奈良駅西口から南へ 200M