



院長よりメッセージ

今や日本は、平均寿命、健康寿命とも世界一です。しかしその差
いわゆる自立可能な期間は広がっています。我々整形外科医が中
心となってその差を縮めるべく運動しております。それが**ロコモ
ティブシンドローム（運動器症候群）**です。まずはその概念を述
べて、皆様へその必要性を知っていただきたいと思います。



リハビリスタッフよりメッセージ

子供さんからお年寄り、もちろん若
い人もスポーツマンもどなたでも、
私達精一杯リハビリをお手伝いさせ
て頂きます！！

美作市第一回市民公開講座の様子

ロコモ対策で寝たきりを防ぐ！！

福井医院 院長
福井正尚



よっころしょ！ まだまだ若いものには・・・



リハビリスタッフによる実演指導！

参加者の感想を聞いてみました！

良い勉強になりました。ロコトシをやっ
てみようと思いました！（50歳、男
性）

聞くだけではわかりにくい話もやっ
ているところを見たり、実際にやっ
てみることでよく理解できました。
楽しく時間が過ぎました次回も参加し
たいと思いました！
（50歳、女性）