



整形外科
アピールマーク



「運動器の健康」世界運動
動く喜び 助ける幸せ

運動器の健康・骨と関節の日

Locomotive Syndrome

自分の骨と関節の
健康状態をチ
ェックでき
る機会はい



ロコモ チェックで 未来も元気に!

“ロコモ”ってなあに?

午後2時～2時30分

こせき整形外科クリニック 院長

小関弘展 先生

階段がきつい……

片足立ちで
靴下がはかない……

のろ

小さな段差で……!

ロコモチェックを
やってみよう!

午後2時30分～4時

立ち上がりテスト

2ステップテスト



2025年
11/8 土

入場
無料

午後2時～
午後4時

長崎市医師会館7階講堂
(長崎市栄町2-22 TEL:818-5511)



共催

長崎市医師会 長崎県臨床整形外科医会

お問い合わせ

塚崎整形クリニック(月～金 9:00～17:00) TEL/095-833-0018 FAX/095-833-0020

後援

日本整形外科学会 日本臨床整形外科学会