



第9回  
ラサンテカフェ  
La Santé cafe

# 解消！膝の痛み

～いつまでも元気に歩こう～

膝痛に悩んでいませんか？

今回は膝痛で多くみられる「変形性膝関節症」を紹介します。  
また、膝痛予防・解消のための体操もお教えします。  
体操をして大事な膝を守りましょう！

日時

4月14日 土

午後3時～午後4時  
(開場 午後2時30分)

会場

メディカルフィットネス  
La Santé スタジオ  
鶴岡市日枝字小真木原88-1  
(庄内おばこの里こまぎ様 館内)



講師

かとう あきえ  
加藤 明恵

宝田整形外科クリニック  
理学療法士

参加無料・予約不要

ソフトドリンク・スナックをご用意しております  
気軽な語らいの場・交流の場として  
ぜひ、お気軽に足をお運び下さい♪



お問い合わせ

ラサンテ

メディカルフィットネス La Santé 営業時間

0235 (64) 8858 平日：13:00～21:00  
土日祝：10:00～18:00