

報道関係 各位

## ■川崎医療福祉大学

令和8年度 第1回公開講座

### 「腰痛と向きあう」

川崎医療福祉大学では、毎年さまざまなテーマで公開講座を開催しています。令和8年度は『地域共生 — 医療福祉の未来 —』を年間テーマとし、第1回となる今回は「腰痛」について本学の教員3名が分かりやすく解説します。

腰痛は多くの方が経験されるものですが、症状はさまざまで、診断名がつきにくいものもあります。腰痛の種類や原因などについて、理学療法の基本的な考え方をお話しする他、正しい対処や予防について、実際に体を動かしながらのストレッチや筋力トレーニング、また日常生活での注意点もご紹介します。少しでも腰痛を軽減でき、いきいきとした生活を送ることができるサポートになるよう、詳しくお伝えします。

日時： 5月23日(土) 10:00~12:00 (9:30 受付開始)

会場： 川崎祐宣記念講堂 (倉敷市松島 288 川崎医療福祉大学内)

内容： 「いわゆる腰痛とは」

理学療法学科 教授 國安 勝司

「腰痛対策でできること」

理学療法学科 准教授 末廣 忠延

「腰痛と向きあうために」

健康体育学科 准教授 西本 哲也

対象： 一般

参考： [https://w.kawasaki-m.ac.jp/center/extension\\_course/](https://w.kawasaki-m.ac.jp/center/extension_course/)

(川崎医療福祉大学 Web サイト > 生涯学習・公開講座 > 公開講座)

※事前申込不要。参加無料。

詳細は別紙チラシをご参照ください。

<問合せ先>

川崎医療福祉大学

庶務課 公開講座係

Tel:086-462-1111(代)(内線:54222)

年間テーマ  
地域共生

医療福祉の未来



川崎医療福祉大学

令和8年度 第1回公開講座

受講料  
無料

# 腰痛と向きあう

日時

5月23日(土)  
10:00 ~ 12:00

講師

理学療法学科 教授  
國安 勝司

「いわゆる腰痛とは」

腰痛は多くの方が経験されるものですが、症状はさまざまです。また診断名が付きにくいものもあります。腰痛について、その種類や原因などについて説明し、理学療法の基本的な考え方をお話しします。

理学療法学科 准教授  
末廣 忠延

「腰痛対策でできること」

腰痛への正しい対処や予防は、いきいきとした生活を送るうえで大切です。腰痛対策として、ストレッチや筋力トレーニング、日常生活での注意点を、実際に体を動かしながらわかりやすくご紹介いたします。

健康体育学科 准教授  
西本 哲也

「腰痛と向きあうために」

様々な原因であなたを悩ます腰痛。根本的に治癒するために…あるいは少しでも軽減できたら…なんて日頃考えていると思います。ここでは整形外科的治療のアクセサリーになるような腰痛軽減方法をご紹介します。



会場 川崎祐宣記念講堂  
(倉敷市松島 288 川崎医療福祉大学内)

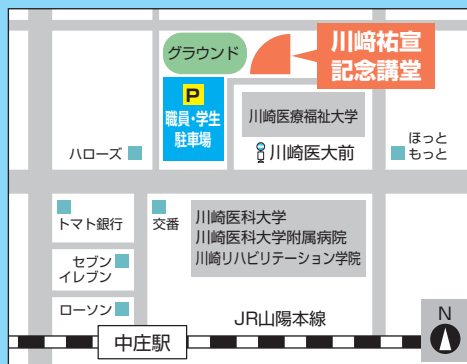
対象 どなたでも受講いただけます。

申込方法 事前のお申し込みは不要です。

主催 川崎医療福祉大学

連携講座 岡山県生涯学習大学連携講座  
<https://www.pal.pref.okayama.jp/>  
倉敷市大学連携講座  
<https://www.city.kurashiki.okayama.jp/kosodate/lifelong/1002190/1002192/index.html>

お問合せ 〒701-0193  
倉敷市松島 288  
川崎医療福祉大学 公開講座係  
TEL.086-462-1111 (内線 54222)  
E-mail k\_kouza@mw.kawasaki-m.ac.jp



お車をご利用の方  
※職員・学生駐車場をご利用ください。  
※駐車券(サービス券)を当日会場でお渡します。

JRをご利用の方  
※最寄り駅は、JR山陽本線【中庄駅】です。  
※中庄駅より  
徒歩…15分  
バス利用…3分【川崎医大前】下車  
駅前タクシー利用…2分