

2026年10月17日(土) 14:00 - 16:00
(受付13:30~)

場所

大阪難病相談支援センター会議室（オンライン参加も可）

大阪市住吉区万代東3丁目1-46

大阪府こころの健康総合センター3階

公共交通機関をご利用ください



14:00~14:50

第1部 講演

座長：橋本 淳先生

（榎本病院 骨粗しょう症・リウマチセンター長 疾病予防教育センター長）

がんばらない運動が、痛みを変える ～無理なく続ける運動とセルフケア～

講演者：山野宏章先生（宝塚医療大学 保健医療学部 理学療法学科 講師）

15:00~16:00

第2部 交流タイム



どなたでもご参加できます。
皆でお話しましょう。

参加費
無料

会場先着
30名

申込み・問い合わせ

会場参加：

大阪難病相談支援センター

電話：06-6115-7774

受付時間：月～金(祝日除く)10時～16時30分

メールアドレス：inform@nanbyo.osaka

（携帯からの申し込みは受信設定をご確認ください）

オンライン参加：

右のQRコードを読み取り、
参加申込フォームに
ご入力ください



会場アクセス



■大阪シティバス
「あべの橋」より
「府立総合医療
センター」
下車徒歩1分

■OsakaMetro
御堂筋線
「西田辺」駅
徒歩20分
「長居」駅
徒歩20分

■南海電鉄高野線
「住吉東」駅
徒歩15分
「帝塚山」駅
徒歩20分

HPをご確認ください。

共催：大阪難病相談支援センター、一般社団法人 日本いたみ財団、
NPO法人痛みにとりくむしらかば

後援(予定)：大阪府、大阪市、滋賀県、京都府、兵庫県、奈良県、和歌山県、
公益財団法人 運動器の健康・日本協会

いたみ財団のからだの痛み電話ご相談窓口

「痛みと社会の問題」を解決するために
電話による「痛み相談窓口」
を行っております。

詳細はこちら→

