



肩の痛み・肩こり検診

腰の痛み・姿勢検診

あなたの**痛み**の原因と対策を調べます！

- ☑ デスクワークで腰が痛い
- ☑ 電車内で立っていると腰が痛い
- ☑ 重いものをもち上げる機会が多い
- ☑ スポーツをしていると腰が痛い

▶▶▶ 腰の痛み・姿勢検診

をお勧めします！

- ☑ 肩の痛みで悩んだことがある
- ☑ ひどい肩こりがある
- ☑ 仕事柄、腕や肩をよく使う
- ☑ スポーツをしていると肩が痛い

▶▶▶ 肩の痛み・肩こり検診

をお勧めします！

肩や腰の痛みの原因は、姿勢や運動機能、ストレスなど様々です。痛みの改善・予防には、生活習慣や姿勢の改善などのその人ごと、原因ごとの対策が必要になります。

このオプション検診では、疼痛の予防や基本的動作の改善を図るために、骨や関節・筋肉・靱帯といった運動に関わる器官に対して整形外科的テストや運動学的分析を行い、痛みの原因とその対策についてご説明します。

オーダーメイドの「痛みの検診」を受けてみませんか？



もっと詳しく！

検査の流れ



POINT

問診

いままでの運動や怪我、そして現在の痛みの有無など、簡単な問診をおこないます。



- ☑ 多様なトレーニングの中から、あなたに合う自主トレーニングを指導します！
- ☑ 自主トレーニングを忘れてしまっても、動画で確認できます！
- ☑ 検診結果によっては、整形外科の受診をお勧めすることがあります。

評価

整形外科的テストをおこないます。
関節の可動範囲やからだの動きを評価します。



肩の痛み・肩こり検診の様子



腰の痛み・姿勢検診の様子

説明

問診と評価からわかった、一人一人のからだの状態をご説明します。

指導

からだの状態に合わせた自主トレーニングや、生活上の注意点などの指導をおこないます。



検査名：「肩の痛み・肩こり検診」

「腰の痛み・姿勢検診」

所要時間：各検診 40分程度

料 金：各検診 4,400円(税込)

予約方法：

人間ドック予約時にお申し付けください。

ご来院時の着衣でご受診いただけます。

肩を上げる・かがむ・横になる等の動作がありますので、動きやすい服装をお勧めします。スカートはお勧めできません。

医療法人社団愛友会 上尾中央総合病院 健康管理課

048-773-1114 (直通)

受付時間 (日曜・祝祭日は、お問い合わせをお受けいたしかねます。)

月曜～金曜 8:30～17:30 / 土曜 8:30～13:00

QJMD 276-06

