

中央公民館主催

# 医療公開講座

## 『健康をかんがえる』



### ～ 骨盤底筋を学ぼう！！ ～

骨盤底筋とは膀胱や直腸を下から支えている重要な筋肉です。頻尿や尿漏れの多くは骨盤底筋が弱まることで起こりますので、まずは鍛えることが大切です。



予約制

参加費  
無料

春日部中央総合病院 / 理学療法士

富樫 玲美

日時

令和元年 **5月29日** (水)  
15:20 ~ 16:00

会場

春日部中央公民館  
(定員30名) ※駐車場あり  
八木崎駅 徒歩3分

お問い合わせ

下記のお問い合わせ先にご連絡いただくか、お声掛けください。

◆アクセスマップ



春日部中央総合病院 地域医療連携室

TEL:048-736-1221 (内線1043)