

中央公民館主催

# 医療公開講座

## 『健康をかんがえる』

### ～ 骨盤底筋体操のポイント～



骨盤底筋とは、内臓や子宮、膀胱を下から支える筋肉です。鍛え直すことで、臓器が下がるのを防ぎ、頻尿や尿漏れの症状を改善できる可能性もございます。

予約制

参加費  
無料

春日部中央総合病院

リハビリテーション科

井澤 美保

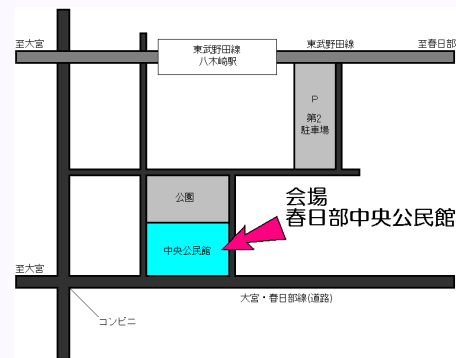
日時

平成 30 年 4 月 25 日 (水)  
15 : 20 ~ 16 : 00

◆アクセスマップ

会場

春日部中央公民館  
(定員30名) ※駐車場あり



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。



春日部中央総合病院 地域医療連携室  
TEL:048-736-1221(内線1043)