

2017年10月31日

美しが丘南公民館（筑紫野市）

テーマ

- おしっこの悩み・疑問におこたえます！
講師：高山泌尿器科クリニック 院長 中島啓二
- 尿失禁予防と対策
講師：高山病院 理学療法士 入江 涼子

今回の健康教室は25名の方が参加されました。
みなさんが抱えるそれぞれの悩みを、教室のあとの質問タイムで
伺うことができました。普段感じている思いを、このような機会に
質問ができて、「自分が思っていることを他の方も感じていると
知ることができて安心した」というお声もいただきました。
骨盤底筋体操はテレビを見ながらできるものなので、
空いた時間に続けて、一緒に快尿生活を目指しましょう！

