

筑前町健康教室 in 篠隈公民館

新年あけましておめでとうございます♪
今年も当院を何卒よろしくお願い申し上げます。
さて、今回は筑前町役場のすぐ近くにあります篠隈公民館にて、
健康教室を開催し、12名の方にご参加いただきました♪
高山泌尿器科クリニック院長 中島啓二による「快尿生活で健康に」

高山病院理学療法士 入江による「尿失禁と対策」
という講義と骨盤底筋体操を参加者の方と行いました。

運動や体操など日常に取り入れやすいところから
ぜひ継続して取り組んでいきましょう♪

排泄に関するさまざまなお悩みをお持ちの方は、
当院で一緒に解決していきましょう。



ひとりで悩まず、
ぜひお気軽に、
ご相談ください♪
byスタッフ一同

