

# 健康教室 in 朝日西コミュニティーセンター

2022年5月6日

高山泌尿器科クリニック院長 中島啓二 医師

テーマ「快尿生活で健康に」

高山病院 理学療法士 入江

テーマ「尿失禁予防と対策」

おおよそ3年ぶり、2度目の朝日西コミュニティーセンターにお邪魔しました！今回は21名の方にご参加いただきました♪みなさん講義も骨盤底筋体操もとても熱心にお聞きいただきました。ありがとうございました(^-^)/  
これから雨の多くなる季節になりますが、健康に過ごせるように体を動かして、皆さん一緒に頑張っていきましょう★

