

健康教室 筑前町四三嶋区公民館

2023年7月25日（火）10:30～11:30

高山泌尿器科クリニック院長 中島啓二 医師

高山病院 理学療法士 入江涼子

テーマ 「快尿生活で健康に」

テーマ 「尿失禁予防と対策」

今回は、2年ぶり2度目の開催！四三嶋区公民館にお邪魔しました（^^）

大変暑い中、13名の方にご参加いただきました♪

前回ご参加頂てた方がほとんどで、とても反応良く熱心に聞いて頂きました。

教室終了後には「前回から継続して体操してます！」

「トイレの回数が減ったように思います！」と、大変うれしいお言葉を頂き
こちらもやって良かったと思う出来事でした。

まだまだ暑い日が続きますが、体調に気を付けてくださいね。