

尿漏れ

頻尿

臓器下垂感

でお悩みの方へ

## 骨盤底筋体操教室〔体験版〕のお知らせ



**尿漏れ・頻尿** が気になることはありませんか？

もしかしたら、

**骨盤底筋** が弱っているかもしれません。

◆ 日時: 2024年10月25日(金) 14:00~14:30

◆ 価格: **無料**

◆ 場所: 牛久愛和総合病院 B館2階大ホール

◆ 内容: 講義、骨盤底筋体操体験

◆ 事前予約は必要ありません。男女問わずご参加下さい



～さまざまな方にご参加いただいています～



骨盤底筋体操教室が  
どんなものか知りたい。

治療の必要があるの  
か知りたい。

知り合いと一緒に  
参加したい。



同じ悩みを持つ人と  
情報を共有したい。

お気軽にご参加下さい!!

牛久愛和総合病院  
リハビリテーションセンターB館1階  
連絡先029-873-3126(リハビリ直通)