

女性の気になる～!を解決

尿もれ予防講座 & エクササイズ

日時：6月20日(土) 14:30～16:00

場所：サンフォルテ4F スタジオ

講師：女性クリニックWeとやま 医師 鮫島 梓さん



成人女性ならどなたでも参加できます



尿もれの原因や対処法を、スポーツドクターでもある産婦人科医師が分かりやすく解説します。

尿もれは女性に多く、30代ぐらいから増え始め、40代以上では3人に1人が経験していると言われています。

理学療法士さんから骨盤底筋のトレーニング方法を学びます。

尿もれを予防・改善し、より快適な毎日を手に入れましょう！

予約制

無料講座

託児なし

富山県女性健康相談センター

富山市湊入船町6-7 サンフォルテ2F



076-482-3033

火・木・土曜9:00～13:00/水・金曜14:00～18:00

お申し込み
お問い合わせ

