

骨盤底筋体操教室

のご案内

尿漏れ

頻尿

臓器脱

一人で悩まず体操してみませんか？

女性理学療法士が1対1で

- ・症状や困っていることの確認
- ・骨盤底筋の収縮練習
- ・姿勢の改善・生活指導



など、**その方にあった個別指導**をさせていただきます。

◇ 日時: 第1・3火曜日 10:00~(初回)
※初回は複数人で行うこともあります。

◇ **自費診療**: 初回 60分 4,000円
2回目以降 30分 2,000円

◇ 場所: リハビリセンター(B館1階)

※**事前予約**が必要です。下記までお問合せください。