

# 排泄

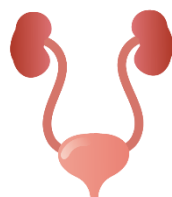
12/1  
受付開始

## 教室

# ～骨盤底筋運動



尿失禁は年齢のせいだけではありません。  
排泄の仕組みや、タイプ別の対処法などを学び、  
予防のための骨盤底筋運動を行いましょう！



講師

NPO法人日本コンチネンス協会 コンチネンスリーダー  
老人保健施設ウェルハウスしらさぎ 理学療法士

## 毛井 敦 氏

2/9(水)  
10時-12時

実費：**100**円

定員：**15**名

運動します。動きやすい服装で、タオル・水分等ご持参ください。

事前にTELまたはFAXにてお申込ください。  
キャンセルされる場合は、お早めにご連絡ください。

開催場所  
申込み  
問合せ

大分県社会福祉介護研修センター  
(大分市明野東3-4-1)

TEL 097-552-6888 FAX 097-552-6868

きりとり

氏名(ふりがな)

電話番号(日中連絡のとれる番号)