

いつまでも快適に、
自分らしく過ごすために



尿もれ、腰痛との 上手な付き合い方



講座の
内容

尿もれと腰痛には共通点が!?

運動とお食事のポイントを紹介します



開催日時

令和8年 **10**月**14**日(水)
13:00~13:30



会場

当院1階 医事課受付前



講師

リハビリテーション科 青木 理学療法士長
栄養管理室 白田 栄養管理室長



対象者

どなたでもお気軽にご参加ください



参加費

無料



申込方法

予約不要

お気軽に
ご参加ください!



皆さまのご参加をお待ちしております