



2024年
2/23
(金・祝日)

今日からはじめられる骨盤ケア

日時: 2024年2月23日 (金)
10:30~11:30 (受付 10:15~)

場所: 埼玉県立大学 (対面) 申し込みQRコード⇒



参加費: 無料
定員: 30名

URL: <https://forms.gle/AwjmcXVGLYPQKJAN9>

申し込み期間: 令和5年12月15日~令和6年1月26日

※どなたでも参加できます!!!
※尿漏れなどで悩む方は必見です!

予防のためにも早めから
はじめることが大切です!
みんなで正しい
骨盤底筋トレーニング
しましょう♪



講師: 平岡 仁美 先生
上尾中央総合病院 理学療法士
ウィメンズヘルス推進委員会 委員



~ 託児所付き ~

専属保育士が対応致します!
保育内容もしっかり連絡していただけます!
どうぞご活用ください! 詳しくは申し込み時に記載.

