

外来ミニ講座

日時：4月26日（金）

① 11：00～

② 11：30～

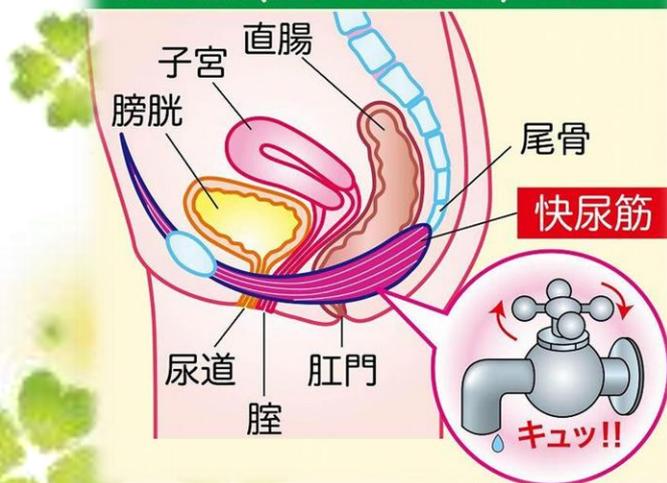
場所：1階ロビー

講師：外来看護師



骨盤底筋体操 で快適な生活!!

快尿筋(骨盤底筋群)の位置



次回のミニ講座は
5/28（火）
災害看護について
になります

(内容は変更することがあります)



☆皆様の健康向上へのお役にたてるよう月1回の開催を予定しておりますので是非ご参加ください。

JCHO横浜中央病院 外来