

ご存知ですか？ あなたの隣にも悩んでいる方がいます

定員  
30名  
参加無料

# 私がなぜ！ どうして！ 尿もれ 尿失禁に対する医学的知識を深め 適切で質の高い排尿管理を学ぶセミナー

日時 **令和4年2月20日** 13:30～16:00

会場 **神奈川県総合医療会館 2階 会議室A** (横浜市中区富士見町3-1)

## セミナー内容・講師紹介

### 講演① 「知っておきたい排泄機能の医学知識」

講師 医師 石堂 哲郎 氏

泌尿器科専門医として神奈川県内の病院に30年勤務。  
退職後は青森県のへき地医療の実践に従事した地域医療のスペシャリスト。



### 講演② 「おしっこのトラブルを解決する方法 排泄ケア・骨盤底筋運動」

講師 看護師・排尿機能検査士 新島 礼子 氏

尿もれを改善する骨盤底筋トレーニングを実践する。  
経験豊富でやさしい人柄が人気の看護師。



### 講演③ 「実践したくなる、指導したくなる応用運動 楽しくできる尿失禁予防体操」

講師 健康運動指導士・排泄機能指導士 高垣 茂子

県内各地で講演を実施。簡単で楽しく、効果的なオリジナル体操を考案展開。  
老若男女に実践。笑顔が生まれる指導が大好評の運動指導士。



主催 **公益財団法人かながわ健康財団 / 後援 神奈川県**

令和3年度 神奈川県社会福祉協議会 第2種・第3種 正会員連絡会活動成果普及事業助成

定員 30名 (要申込み・先着順)

受講料 無料

対象 高齢者対象の施設や地域の指導者等

申込方法 メール(kanagawa-kenkou@khf.or.jp)、電話、またはFAXにて下記の情報をご送付ください。  
1つの所属で複数名の方がご出席される場合は、それぞれお申し込みください。  
① お名前 ② ご所属等 ③ メールアドレス ④ 連絡先(電話番号) ⑤ 講師への質問

申込・お問合せ先 **かながわ健康財団 健康づくり課 西村、八百**

〒231-0037 横浜市中区富士見町3-1 神奈川県総合医療会館 2階  
メール kanagawa-kenkou@khf.or.jp TEL 045-243-2008 FAX 045-243-2019

お申し込み・お問い合わせは、裏面をご覧ください

## 【参加申込書】

① お名前	
② ご所属 ※個人で申し込みの場合は不要	
③ メールアドレス	
④ 連絡先（電話番号）	
⑤ 講師への質問	

### 【お申込方法・お問合せ先・申込受付窓口】

メール(kanagawa-kenkou@khf.or.jp)、電話、またはFAXにて下記の情報をご送付ください。  
1つの所属で複数名の方がご出席される場合は、それぞれお申し込みください。

① お名前 ② ご所属等 ③ メールアドレス ④ 連絡先(電話番号) ⑤ 講師への質問

※定員は30名、先着順です。お早目のお申し込みをお待ちしております。

〒231-0037 神奈川県横浜市中区富士見町3-1 神奈川県総合医療会館2階  
公益財団法人かながわ健康財団

Eメールアドレス： kanagawa-kenkou@khf.or.jp

電話：045-243-2008（平日9時～17時まで受付） F A X 番号：045-243-2019

FAXでお申し込みの場合は、本状をそのまま送信して下さい。

### 《感染症対策について》

- ・本セミナー開催にあたり、受付時の検温、消毒用アルコールの設置、着席間距離の確保、会場の換気等を行います。
- ・参加者の皆様は必ずマスクの着用、こまめな手洗い、うがいの励行にご協力をお願いいたします。
- ・参加当日、発熱・せき等 諸症状がある場合には、ご参加を見合わせていただきますようお願いいたします。

### 【アクセス方法】

- JR根岸線[関内駅]南口から：  
改札出て右側 徒歩10分
- 横浜市営地下鉄ブルーライン  
伊勢佐木長者町駅④出口：  
右側から 徒歩3分
- **駐車場なし**  
お車での起こしはご遠慮ください。

※詳しくはこちら  
横浜市中区富士見町3-1  
公益財団法人かながわ健康財団  
TEL/045-243-2008 <9:00~17:00>

