

2017年 コンチネンスディ

市民公開講座のご案内

「健康であり続けるために」
～歳を重ねても気持ちよくトイレへ行こう！～

日時 2017年
11月18日(土)
13:00～15:30

講演Ⅰ「私のトイレ生活、これ普通？」

～尿のトラブルとその予防・対策法～

福島労災病院 泌尿器科 主任部長
東京女子医科大学病院 泌尿器科 講師

小内 友紀子氏

講演Ⅱ「ロコモティブシンドローム

と快適な排泄」

武蔵野赤十字病院リハビリテーション科課長

伊東 彰 氏

ロコモとは、足腰が弱くなったり転倒、骨折の危険性が高くなった状態をいいます。超高齢化社会を迎え長寿だけではなく健康寿命が望まれるようになりました。将来、介護の原因となる疾患を早期に見つける基準ロコモを知って健康な毎日を過ごしましょう！

「ロコモ」って、
なーに？

会場までの
アクセス



東武東上線「大山」駅 北口から
徒歩約5分
都営三田線「板橋区役所前」駅
A3出口から徒歩約5分
※駐車場はありませんので、公共交通機関
をご利用ください。

会場

板橋区立
グリーンホール
板橋区栄町36-1
6 F601会議室

参加費

500円

(事前申し込み不要)

主催

NPO法人
日本コンチネンス協会
首都圏支部

後援

板橋区

お問合せ先

NPO法人
日本コンチネンス協会
首都圏支部

FAX:050-3488-1879
メールアドレス:
Tokyo@continence.serio.jp

Japan
Continence
Action
Society
NPO法人
日本コンチネンス協会

すべての人が気持ち良く
排泄のできる社会を目指
します！

