

# 健康教室のご案内

●今回のお話は



## 尿漏れ対策に対する 骨盤引き締め体操

### 研究協力のお願い

●今回、当院のリハビリ科で「地域高齢者における大腿四頭筋と歩行自立の関係について」という研究のデータ収集を行うにあたり、健康教室に参加され本研究に同意して頂いた方を対象に「太ももの筋力の測定」を行いたく思っております。

(同意されなくても健康教室への参加や筋力測定のみに参加される事は可能です。)

健康教室終了後、10~20分程度を予定していますので測定参加が可能な方はご協力の程、宜しくお願い申し上げます。

---

日時：4月26日(木) 午後2時から

場所：札幌ひばりが丘病院  
4階 ディルルーム

担当：リハビリテーション科 中野渡 靖  
看護部 上田 淳子

---