

# 女性のための骨盤底ケア

尿もれ・骨盤臓器脱など  
女性特有のトラブルでお悩みの方へ

LISTEN TO YOUR BODY

こんなサイン、ひとりで抱えていませんか？

- くしゃみで尿もれする
- トイレが近くなった
- 骨盤に違和感がある
- 臓器脱と言われた
- 排便しづらい
- 年齢のせいと諦めている



## [サポート内容]

国家資格を持つ理学療法士が、骨盤底筋・姿勢・身体の使い方を評価し、症状改善や生活しやすい身体づくりをサポートします。

- 骨盤底筋群トレーニング
- 呼吸・姿勢指導
- 日常動作指導
- 自宅での運動指導

## [料金]

個別ケア | 30分 **2,500円**

## [ご予約・ご相談]

お気軽に医師・スタッフへご相談ください。



トータルヘルスクリニック  
リハビリテーション科

Tel. **070-5405-9766**



予約アプリ

@link



「ウィメンズヘルスケア」からご選択ください