

稲城市
後援

2025年度

2027年、駒沢学園は創立100周年を迎えます。

駒沢女子大学
看護学部

公開講座

受講料
無料

女性の
ための

ちょっと気になる 尿もれケアと骨盤底筋体操



お子さんをだっこした時、せきやくしゃみをした時、笑った時などお腹に力がかかった時にちょっとした尿もれを経験されたことがある女性は意外と多いのではないのでしょうか。

本講座では、尿もれの対処方法や予防のための体操など、女性の心と身体の健康のための秘訣についてご紹介します。

2025.11.8 (土)

会場 駒沢女子大学 16-207教室

定員 100名 ※事前予約制・先着順

服装 動きやすい服装でおこしくください。
マスクの着用もお願いします。

申込期間 9/16(火)～10/24(金)まで

申込方法 電話またはQRコードからお申込みください。
参加者には、後日、参加証などをお送りします。

対象 稲城市および近隣に在住の
女性の方限定(年齢制限なし)

時間 10:30～12:00

講師 中田 晴美 (看護学部 教授)

お問い合わせ・お申し込み

駒沢学園総合教育センター TEL.042-350-7011

【受付時間】 平日9:00～12:00、13:00～16:00



学校 駒澤学園
法人

〒206-8511
東京都稲城市坂浜238番地

【交通アクセス】

- お車をご利用の場合、キャンパス内の駐車場(無料)をご利用ください。
- 京王相模原線「稲城」駅から約7分。駅前バスターミナル2番乗り場より、小田急バス「駒沢学園」行き・「新百合ヶ丘駅」行き・「柿生駅北口」行きに乗車。
- 小田急線「新百合ヶ丘」駅から約20分。南口バスターミナル5番乗り場より、小田急バス「駒沢学園」行き・「稲城駅」行き・「稲城市立病院」行きに乗車。

▲ 「駒沢学園入口」で降車されないようご注意ください。

▲ 「駒沢学園」で降車してください。



主催：駒沢女子大学看護学部

協力：駒沢学園総合教育センター