

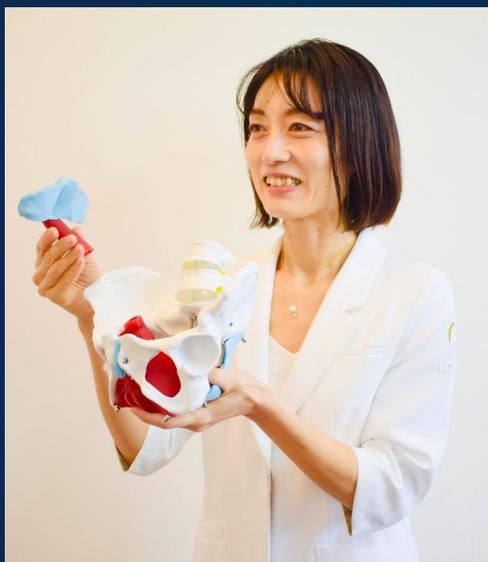
●銀座部会は、更年期女性とすべての女性を支えるメノポーズカウンセラーを応援します。

# 銀座部会

3/26(水)

# セミナー 第41回

メノポーズカウンセラーの私が、  
理学療法士の立場からお話します！



漆川沙弥香先生  
(LUTIS代表)

うるしかわ・さやか ●理学療法士として20年以上のキャリアを持ち、国内の学術機関や海外の専門家から“女性の健康”に関する高等教育を受ける。大学院(医療科学修士課程)を修了し、骨盤底筋群と子宮動脈の関係について研究を行う。「骨盤底筋」にまつわる女性特有症状に関するケアを専門とし、大学での講師や学会ならびに専門家向けの講演等で全国各地にて活動する。

## 尿漏れと骨盤底筋

～理学療法士が教える骨盤底筋エクササイズ～

骨盤底筋群は、排泄のコントロールにおいて重要な役割を果たす筋肉ですが、目に見えないため、収縮の感覚をつかむのが難しいとされています。「エクササイズをしているけれど、これで合っているのか分からない」と感じたことがある方も少なくないでしょう。そこで今回は、理学療法士として骨盤底筋群の研究を行い、これまでに延べ500名以上の専門家に対して骨盤底筋の指導を行ってきた講師をお招きし、「骨盤底筋群を正しく収縮するための指導方法」をお伝えします。

日時 2025年3月26日(水) 19:30～21:00

会場 オンライン参加のみ

会費 オンライン参加 2,000円(銀行振込)

定員 50名(申込順)

認定得点 メノポーズカウンセラー認定得点 0.25点

申し込み方法



●次回は、5月28日(水) 19:30～  
美容・医療ジャーナリスト 海野由利子先生  
「『美容医療』を受ける側が知っておくこと  
(仮)」予定。



リアル参加 オンライン参加 どちらのご参加の場合も、  
専用の申し込みフォームよりお申し込みをお願い致します。  
<https://forms.gle/m7fREtWCcp4NKcYn6>  
お問い合わせ先：ginzabukai@gmail.com