

2022－2023 プロジェクト研究

マタニティ・産後の骨盤ケア教室

～ 産前産後の腰背部痛の予防・改善 ～

地域在住の妊産婦の方を対象に運動指導を中心とした骨盤ケアの教室を開催いたします。

妊娠中期から産後の方で、特に腰背部痛、尿失禁などの特異的症状のある方にぜひご参加いただければ幸いです。

開催日 : 11/18(金)、12/9(金)、12/16(金)、12/20(火)、12/27(火)、
2023年1/6(金) 1/10(火)、1/20(金)、2/10(金)、2/17(金)、
3/10(金)、3/17(金)

時間 : 産後ケア10:00～11:30、妊娠中ケア13:00～14:30

対象 : (産後ケア) 産後1か月以降の方
(妊娠中ケア) 妊娠20週以降の妊婦の方

人数 : 各回5名

会場 : 埼玉県立大学

講師 : 理学療法学科 准教授 須永康代

参加費 : 無料(要申込)

申し込み方法 : 右記QRコードにてお申込みください。

※各回定員5名に達しましたら受付終了いたします。



【本事業のお問合せ】 埼玉県立大学 地域産学連携センター
電話048-973-4114
E-mail:edec@spu.ac.jp