生涯学習フェスティバル参加事業・めりーらいん講座

あさひ健康マイスター チャレンジ対象事業

一人で悩む前に

尿もれ予防講座

令和６年２月２７日（火）

午前１０時～１１時

尿のトラブルのことで悩んでいる人は、男女を問わず多くいらっしゃいます。
尿もれについて正しく知り、ご自宅でも簡単に出来るトレーニング方法を学び、毎日を楽しく過ごしましょう。

講　　師　横山　剛志 氏（愛知医科大学看護学部講師）

場　　所　尾張旭市立図書館　２階　視聴覚室

内　　容　尿失禁の原因や基礎知識の講義、骨盤底筋体操やおむつの吸水実験等

対象・定員　尾張旭市、瀬戸市、長久手市、日進市にお住まいの方
40名　※定員を超えた場合は抽選

参 加 費　無料

申込期間　２月２日（金）～15日（木）

申込方法
- ●WEB 申し込み　右の二次元コードを読み取り、必要事項を入力し送信
- ●電話申し込み　尾張旭市立図書館　（0561）54-5544
  （午前9時～午後5時、休館日を除く）
- ●直接申し込み　尾張旭市立図書館 カウンター
  （午前9時～午後5時、休館日を除く）

申込みはこちらから

協　賛　一般財団法人愛知医科大学愛恵会

連携図書館　愛知医科大学総合学術情報センター、瀬戸市立図書館、長久手市中央図書館、日進市立図書館、尾張旭市立図書館

問い合わせ
尾張旭市立図書館
〒488-0803
尾張旭市東大道町山の内２４１９番地５
TEL（0561）54-5544　Fax（0561）54-5543

「ME-LI.LINE/めりーらいん」とは？

イメージキャラクター
メリーちゃん

尾張旭市立図書館、瀬戸市立図書館、長久手市中央図書館、日進市立図書館、愛知医科大学総合学術情報センターが協力しながら、みなさんの健康生活をお手伝いする「図書館連携による健康支援事業」です。

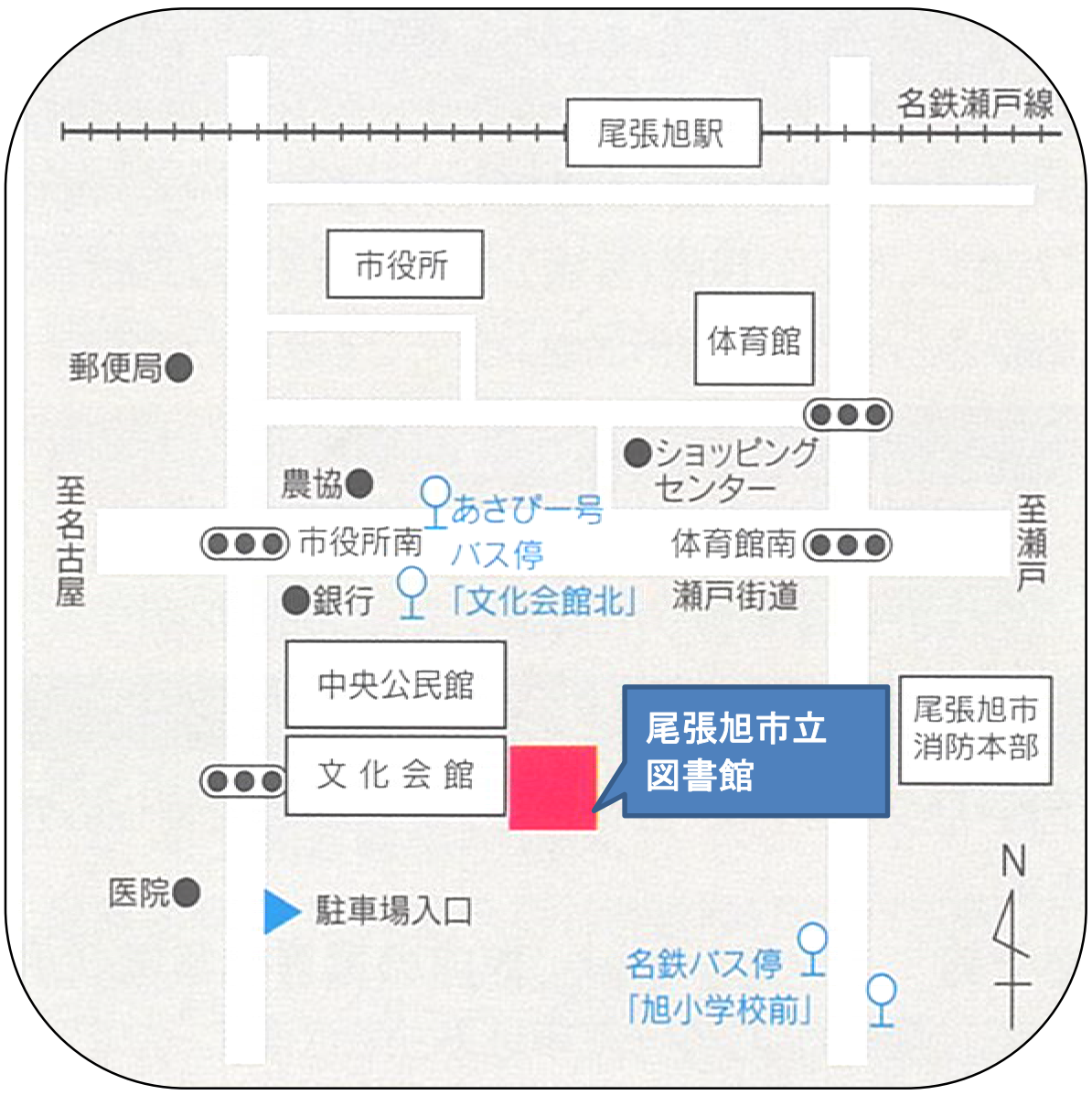
【活動内容】

○　医療・健康について、最新で信頼できる内容が分かりやすく解説されている図書の提供

○　病気や症状についての「調べ方ガイド」の作成

など

めりーらいんHP
二次元コード



尾張旭市立図書館

【名鉄瀬戸線】「尾張旭」
南口より徒歩１０分

尾張旭市イメージキャラクター
あさぴー