

# 一人で悩んでいませんか？ 男性のための泌尿器講座

「夜中に何度もトイレに起きる」、「トイレに間に合わずもれることがある」、「おしっこが出づらい」など、泌尿器の悩みを一人で抱えていませんか？

**泌尿器トラブルは誰にでも起こりうることです。**

前立腺やホルモンバランス、食生活、肥満など加齢による身体的な変化が原因であることも多く、適切な対策を取ることで改善や軽減する場合があります。

気軽に外出でき、不安なく生活を送れる日々を取り戻しませんか？

男性はもちろんですが、ご家族の方もぜひご参加ください。



【日時】 **令和4年 11月9日 (水)**

参加費は  
無料です！

午後1時30分～3時 (受付：午後1時15分～)

【会場】 牟礼コミュニティ・センター (三鷹市牟礼 7-6-25)

2階 会議室

【対象】 三鷹市在住在勤のかた (定員30人)

【講師】 東京国際大塚病院 院長

**大堀 理 先生**



【申し込み】 10月3日 (月) 午前9時から  
三鷹市総合保健センターの窓口又は電話、ファクスにてお申し込みください。

電 話：0422-24-8207

ファクス：0422-46-4827