



身体の悩み気軽に相談

# ウィメンズヘルスサポート

年齢やライフイベントにより大きく変わる女性の身体。  
なぜこうなるのか仕組みを知りたい！日常でできるケアは？  
理学療法士の視点からサポートします！

このような悩みに…

## 産前産後

尿漏れ、骨盤痛、妊  
娠中の身体の使い  
方、産後の運動はい  
つから？

## 更年期以降

骨粗鬆症の検査は必  
要？予防法は？  
尿漏れ、臓器脱、  
姿勢と関係？

## 女性アスリート

骨盤痛、尿漏れ、  
生理痛など骨盤周囲  
の悩み、出産による  
腹筋の回復は？

相談50分 8,800円(税込) → **7,700円(税込)** \*9月30日まで  
オンライン相談も可能

SPRINGS  
PILATES STUDIO



担当 濱口 由美子

理学療法士  
ピラティスインストラクター  
GYROTONIC®トレーナー  
骨粗鬆症マネージャー

お申込み・お問い合わせ

03-3952-5580

SPRINGS PILATES STUDIO

〒171-0031

東京都豊島区目白3-5-12

目白コアビル4F

