

更年期との 上手な付き合い方

高尾美穂 講演会

宮崎県男女共同参画センター



8月1日(火) 午前10時 申込み開始!

誰にでもやってくる更年期。個人差はあれど、ホルモンの乱れで身体に様々な不調が現れます。

人生の後半も、心穏やかに健康に暮らしていくために、不調の原因や特徴を知り、上手な付き合い方を学ぶ講座です。

NHK「あさイチ」でお馴染みの、高尾美穂さんと“大丈夫だよ”と優しく包み込むような暖かな時間を、みんなで共有してみませんか？

SRHR:セクシュアル・リプロダクティブ・ヘルス/ライツは「性と生殖に関する健康と権利」を意味し、全ての人の性と生き方に関わるとても大切なことです。

- 【開催日】 2023年11月11日(土) 14:00~16:00 受付13:40
- 【講師】 高尾 美穂さん 医学博士・産婦人科専門医
- 【会場】 宮日会館11階 宮日ホール (宮崎市高千穂通1-1-33)
- ※駐車場はありません。公共交通機関または近隣の有料駐車場をご利用ください。
- 【対象】 関心のある方 先着250名 ※定員になり次第締め切り
- 【参加費】 無料
- 【一時保育】 無料 未就学児10名程度 ※11月1日(水)までの事前予約制 定員になり次第締め切り
- ★保育会場★ 宮崎県男女共同参画センター (宮崎市宮田町3番46号 県庁9号館)
- 注) 講演会場と保育会場が異なります。13:30までにお越しください。
- 【申込み】 QRコード、ホームページの申込みフォーム、FAX、電話

申込みは
こちらから



講師プロフィール

高尾 美穂

(たかお みほ) さん

医学博士 産婦人科専門医

婦人科診察を通し、女性の健康を幅広くサポート。働く女性のための産業医として企業を支える傍ら、内閣府男女共同参画局、人事局等で教育講演を担当。

また、婦人科スポーツドクターとして日本スポーツ協会ではスポーツドクターの養成に携わる一方、骨盤底筋トレーニングヨガ、アスリートヨガをはじめ、ヨガ指導者を育成するセッションも積極的に行っている。

FAX専用申込書

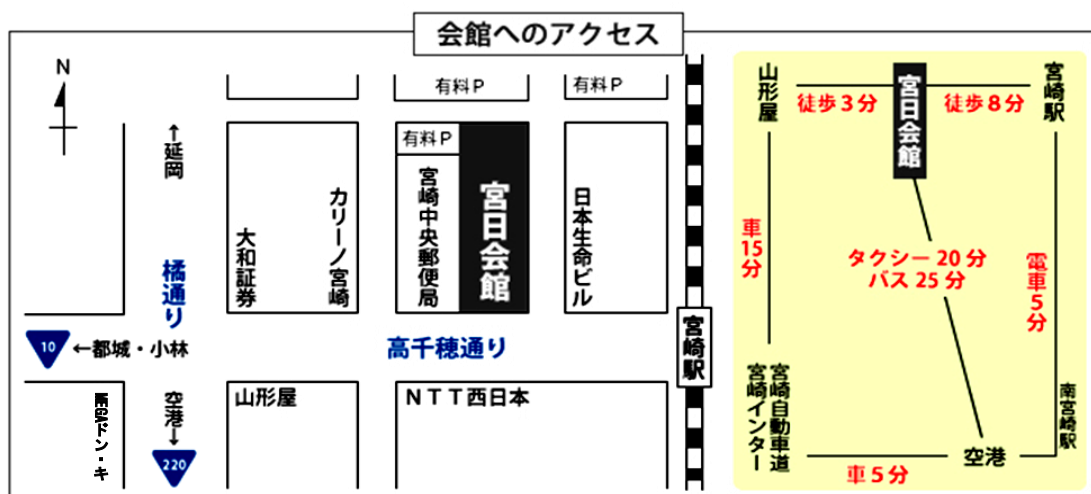
ふりがな								
お名前								
年代 いずれかに○	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上
E-mail	@							
電話番号				性別 いずれかに○	女性	男性	答えたくない	
一時保育希望の方は、お子さんのお名前と年齢をご記入ください。 ※保育受付期限11月1日(水)								
お名前	ふりがな ()			年齢(月齢)	歳		ヶ月	
高尾さんに聞きたいことをご記入ください。								

※一時保育ご利用の方は、おむつ・飲み物・おやつ・抱っこ紐(1歳6か月迄)等をご持参ください。

申込みをキャンセルされる場合は、必ずセンターへお知らせください。

◆お申し込みの受理後に確認のご連絡はいたしません。予めご了承ください。

◆お送りいただいた個人情報は講座の情報提供以外の目的以外には使用いたしません。



【お問い合わせ】

宮崎県男女共同参画センター

指定管理者：特定非営利活動法人みやざき男女共同参画推進機構

TEL：0985-32-7591

E-mail：info@mdanjo.or.jp

FAX：0985-60-1833

◆表面のQRコードからも申し込めます。