



～働く女性をサポートします～

# 働く女性の心身の健康

★女性のライフステージ  
と女性ホルモン

★更年期とうつ症状

★ストレスとセルフケア

講師 伊藤 厚子

(臨床心理士・メンタルサポートアレーズ代表)

協力：女性就業支援センター

◆ 2月16日(木) 13時30分～15時00分

◆場 所◆ 山梨県立男女共同参画推進センターぴゅあ富士 小研修室

◆対 象◆ 一般 30名(要申し込み)

◆受講料◆ 無料



託児あり

☆☆☆ お問い合わせ・申込先 ☆☆☆

山梨県立男女共同参画推進センター ぴゅあ富士

〒402-0052 都留市中央3-9-3

TEL0554-45-1666 FAX0554-45-1663