

ぴゅあ総合主催 普及・啓発事業 女性の活躍支援講座  
平成28年度女性就業支援全国展開事業

# 日々を元気に美しく、HAPPYに生きるために！ 働く女性のライフステージと健康

毎日パワフルに仕事やプライベートを過ごしていても、月経不順などカラダの悩みや  
気になる症状をお持ちの方もいらっしゃるのではないのでしょうか？

女性ホルモンは年齢とともに変化し、カラダとココロに大きな影響を与えています。  
女性ホルモンの正しい知識やストレス対処法を身に付けて、女性ならではの健康管理、  
病気予防に気をつけていきましょう！

日時：11月23日（水） 13:30～15:30

場所：ぴゅあ総合 小研修室1

定員：40名

対象：働く女性

参加費  
無料



講師：菅原幸子（すがはら さちこ）さん

一般財団法人女性労働協会 女性就業支援専門員

NPO 法人女性の健康とメノポーズ協会認定 女性の健康推進員

大学院修士課程修了後、千葉県の財団を経て、1998年よりから女性労働協会勤務。

2000年開館の働く女性総合支援施設「女性と仕事の未来館」において展示事業、交流  
事業などを担当。2011年より厚生労働省委託「女性就業支援全国展開事業」において、  
女性活躍推進・女性の健康、マタニティハラスメント、ワーク・ライフ・バランスな  
どのテーマで研修・講座を実施している。

主催・お問合せ

山梨県立男女共同参画推進センター

## ぴゅあ総合

TEL:055-235-4171 FAX:055-235-1077  
〒400-0862 甲府市朝気 1-2-2  
sogoevent@yamanashi-bunka.or.jp



「ぴゅあ総合フェイスブック」で検索！  
「いいね」すると最新情報が受け取れます。

無料託児あります。



6か月～就学前  
3日前までにご予約ください。



ツイッターはじめました！

