

心も体も、ずっと「わたし」らしく

～メノポーズカウンセラーに学ぶ女性の健康～

女性の、年齢を重ねることで現れる「更年期」や「更年期障害」。うまく付き合い、適切なヘルスケアを学んで対処することで、今の、そしてこれからの「Quality of Life」（生活の質）は大きく変わります。
わたしがいつまでも「わたし」らしく、素敵に生きていくためにできること、メノポーズカウンセラーと一緒に考えてみませんか？

開催日 平成30年 2月3日（土）

時間 13:30～15:00

会場 ぴゅあ峡南 研修室

講師 河端恵美子さん

帝京平成大学ヒューマンケア学部教授



講師 河端恵美子さん

帝京平成大学ヒューマンケア学部看護学科母性看護学・助産学教授。助産師。
NPO 法人更年期と加齢のヘルスケア 理事、日本更年期と加齢のヘルスケア学会 理事、シニアメノポーズカウンセラー。大学で教鞭を執るだけでなく、各地で女性の健康や更年期ヘルスケアに関する講演会の講師を務め、女性の生涯にわたる健康についての啓発活動を行っている。

対象 女性 20名

まだ年若い方には関係ないかもしれませんが、けれど、「やがて行く道」。これからのために、知識の栄養をつけませんか。

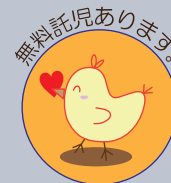
先輩方、「いつか来た道」のことを、これから歩む後輩のために、ご自身の経験とともに伝えませんか。

まさに今、物憂い道を歩んでいる方、少しでも心安らかに毎日を過ごせるようなヒントを見つけませんか。

※メノポーズ (menopause)・・・更年期、閉経のこと。

★参加無料です★

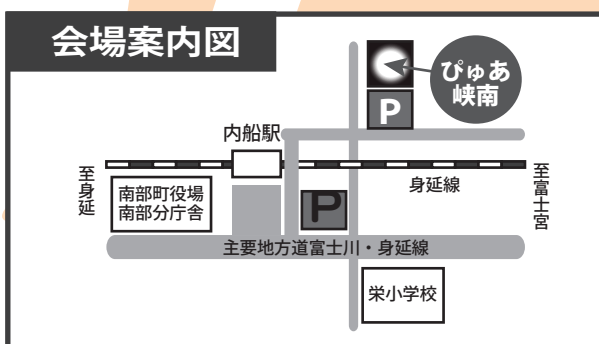
♡お子さまと一緒にでも安心です♡



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。

会場案内図



主催・お問合せ・お申込み

山梨県立男女共同参画推進センター

ぴゅあ峡南

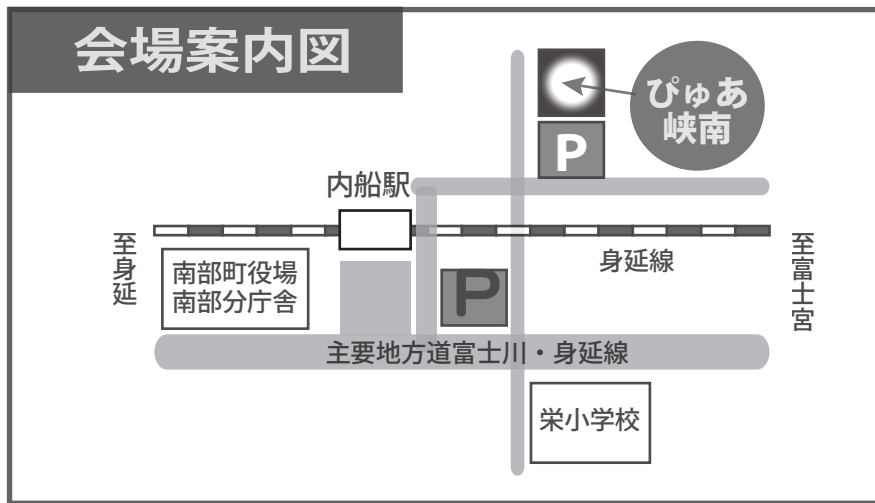
TEL:0556-64-4777 FAX:0556-64-4700

〒409-2305 南巨摩郡南部町内船 9353-2

Mail: pure-kyonan@yamanashi-bunka.or.jp

お申込みは、電話・FAXまたはメールにて

ぴゅあ峡南 案内図



山梨県立男女共同参画推進センター

ぴゅあ峡南

TEL:0556-64-4777 FAX:0556-64-4700

〒409-2305 南巨摩郡南部町内船 9353-2

Mail: pure-kyonan@yamanashi-bunka.or.jp

JR 身延線 内船駅下車 徒歩 3 分

ぴゅあ峡南 普及啓発講座 女性の心と体の健康講座

心も体も、ずっと「わたし」らしく

～メノポーズカウンセラーに学ぶ女性の健康～

受講お申し込み

お名前

ご住所

お電話番号

託児のご希望 有 無

※託児ご希望の場合：お子さまのお名前

年齢

歳

ご記入の上、このまま FAX してください。

送信先 0556-64-4700