

月経・PMS・更年期…
「知らなかった」で後悔しないために

現代女性の健康とキャリア

女性の一生は常にホルモンの影響を受け、月経やPMS、更年期症状など、女性が直面する健康課題は実に多様です。ホルモン変化を理解しながらライフプランを考えるリテラシーは、現代女性には必須です。特に、女性ホルモンの変化期は30代後半から始まり、36歳から55歳までの女性の半数以上が何らかの更年期症状を抱え、50代では70%以上になるということも分かっています。

こうした女性が一生を通じて直面する健康課題について理解し、イキイキ働く知識やスキルを身に付けませんか？本セミナーでは、年代別に直面する課題を取り上げ、女性が健康とキャリアを両立して働くための知識を身に着けることができます。

■ 参加無料 ■ 託児あり ■

女性の健康に関する
質問・疑問
事前募集します！

下記QRコードから
メールでお送り
ください

講師 株式会社 menopeer ケアガイド

加藤 久美子さん

(看護師、キャリアコンサルタント)
シニアメノポーズカウンセラー

<Q&Aセッションの進行>
<株式会社menopeerの紹介>

代表取締役 木村琴子さんも
登壇予定です！



リモート出演してくれます！

講師よりメッセージ

自分も更年期世代となり、自分の体調の変化を知るために、メノポーズカウンセラーの資格を取得しました。女性の健康について、知っているようで知らないことは案外多いと感じます。在籍の長かった企業では、男性・女性問わずに、まず知る事の大切さを伝えて参りました。

ぜひこの機会に女性の健康について理解を深めて、ライフデザインに活かしていただけると嬉しいです！

日時 2023. 2.18(Sat) 13:00-15:00

対象

テーマに関心のある女性
会場定員20名

会場 ①オンライン参加 (Zoomを使用)
②秋田県北部男女共同参画センター

申込みQRコード

主催 秋田県北部男女共同参画センター
申込み・お問合わせ
TEL : 0186-49-8552 E-mail : anged1@io.ocn.ne.jp

●感染症拡大防止のため、会場参加の方は、講座中のマスク着用にご協力お願いいたします。●QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。●内容は一部変更になる場合がございます●託児希望の方は要事前申込 2/10(金)締切り

