

リプロダクティブ・ヘルス/ライツ講座

知っておきたい 更年期のハナシ

受講無料
託児無料



こんなあなたにおすすめ!

- ・これって更年期?と思っている方
- ・これからくる更年期が不安な方
- ・なんとなく調子が悪いという方
- ・更年期も元気に過ごしたい方

一生を通してホルモンの影響を大きく受ける女性のカラダ。その中でも更年期は、心身に大きな不調をきたすことで知られています。

ホルモンについて知り、更年期と上手につきあっていくコツを楽しく学んでみませんか。受講者どうしでの交流タイムもあります。



講師：田村佳代さん
(NPO 法人ちえぶら事務局長
更年期ライフデザインファシリテーター)

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、オンラインでの開催となる場合があります。

令和4年
7月24日(日)
14:00~16:00
あいホール203

【対象】 市内在住・在勤の30代~50代ぐらいの女性

【定員】 15人(先着順)

【申込み】 6月15日(水)午前10時より受付開始。あいホールホームページ (<https://ai-hall.com>) の「講座・イベント情報」から。または電話(053-412-0351)で申込み。

【託児】 6か月から就学前のお子さん(無料、定員あり、7月15日(金)までに申込み。)

【問合せ】 あいホール男女共同参画推進事業担当

〒433-8123 浜松市中区幸三丁目3番1号 電話: 053-412-0351 (9:00~17:30)

メール: info@ai-hall.com 1週間以内にメール返信のない場合は、電話でお問い合わせください。

主催:浜松市 企画運営:NPO法人 浜松男女共同参画推進協会

浜松市 あいホール で 検索

講座の情報、
申込みはコチラ

