

# 美しく健康に！

# 女性のための健康講座！



託児付  
(予約制)

Q. こんなこと疑問に思っていますか？  
☆更年期ってどんなもの？  
☆対処法は？  
☆受診のタイミングは？  
☆婦人科検診いつまで必要？

みなさんの疑問をセミナーでお答します！  
～講座内容について紹介します～



更年期障害の原因・症状や、女性特有のがんの傾向から検診の必要性を紹介。また、骨盤の歪みや姿勢をチェックしながら自宅でできる骨盤体操を学びますよ～



## ☆☆スケジュール☆☆ (全2回)

1日目：2月6日（土曜日）午後1時30分～3時30分 \*質疑応答の時間あり

**「医師に学ぶ！女性の更年期&がん検診について」**

講師：井嶋 眞理 氏（井嶋産婦人科院長）

2日目：2月13日（土曜日）午後1時30分～3時

**「自分で簡単にできる！体の歪みチェックと骨盤体操」**

講師：松本 みどり氏

（プライベートカイロサロンきらら代表）

場 所：豊橋市男女共同参画センター「パルモ」（ライフポートとよはし内）

定 員：女性 25名（抽選）

託 児：6ヵ月～小学3年生の託児あり。（予約制。6日は350円、13日は200円必要）

◆◆ お申込み ◆◆ 平成28年1月27日（水）までに、

豊橋市市民協働推進課までお申込みください。（詳細は、裏面をご確認ください）

TEL：(0532) 51-2188 FAX：(0532) 56-5128

