

無料

私らしく生きるための 心とカラダの作り方

日時 2023.

11/12 日

10:00~11:30
(開場 9:30)

女性は月経、妊娠、出産、更年期など、ライフステージごとにさまざまな体の変化やメンタル面での変化があり、それが体に影響を与えることもあります。産婦人科医として全国メディアで活躍中の高尾美穂さんをお迎えして自分らしく生きるヒントを伺います。

講師

高尾 美穂さん

医学博士。産婦人科専門医。婦人科診察を通し、女性の健康を幅広くサポート。働く女性のための産業医として企業を支える傍ら、内閣府男女共同参画局、人事局等で教育講演を担当。また、婦人科スポーツドクターとして日本スポーツ協会ではスポーツドクターの養成に携わる一方、骨盤底筋トレーニングヨガ、アスリートヨガをはじめ、ヨガ指導者を育成するセッションも積極的に行っている。



会場 くまもと県民交流館パレア

10階 パレアホール(熊本市中央区手取本町8-9)

定員 200人(先着順)

対象 どなたでも

託児 あり(無料。1歳~未就学児。11/1(水)までに要申込)

【オンデマンド配信もあり】12/1(金)~12/17(日)
(先着50人)

お申し込み

右記二次元バーコード、
またはFAXで受付

9/13(水)10:00
受付開始



※申し込みの詳細は、裏面をご覧ください

[主催/申し込み]



くまもと県民交流館パレア
男女共同参画センター

Tel. 096-355-1187(平日9:00~17:30) Fax. 096-355-4318(24時間受付)
〒860-8554 熊本市中央区手取本町8-9 <http://www.parea.pref.kumamoto.jp/danjo/>

私らしく生きるための 心とカラダの作り方

どなたでも参加できます
無料

2023.11.12日

10:00～11:30 (開場/9:30)

オンデマンド配信あり

12/1(金)～12/17(日)

お申し込み

<https://forms.gle/tkifaeFbWwGUnXka8>

FAXでもお申し込みできます。



参加申込書			
フリガナ 氏名		年齢	歳
電話番号		参加方法	<input type="checkbox"/> 会場
e-mail	@		<input type="checkbox"/> オンデマンド配信
手話通訳希望 (会場のみ・10/26(木)×切)	あり・なし		

託児			
託児のお申し込みは、11/1(水)まで 無料		【託児申込フォーム】 こちらから 申し込みできます	
*1歳～未就学児対象 *託児をご希望の方には、託児申し込み用のURLをお送りします。 郵送希望の方はご住所をご記入ください。			
あり・なし	お子さんの お名前	住所 (郵送希望の方)	〒
	年齢	歳	カ月

※お申し込みいただいた個人情報は、センターで適正に管理し、本講座の目的のみに使用します。

※新型コロナウイルスの感染状況によっては、開催形態の変更や中止(託児を含む)の可能性もございます。

お申し込み先

FAX.096-355-4318

(24時間受付)



会場案内

くまもと県民交流館パレア
(熊本市中央区手取本町8-9)

※パレアは、鶴屋東館の上、9・10階にあります。

※バスまたは市電利用の場合、水道町または通町筋でお降りください。

※専用駐車場はありません。車でお越しの方は、近隣の有料駐車場をご利用ください。



くまもと県民交流館パレア
男女共同参画センター

TEL.096-355-1187(平日9:00～17:30)

FAX.096-355-4318(24時間受付)

〒860-8554 熊本市中央区手取本町8-9 鶴屋東館9・10階

HP <http://www.parea.pref.kumamoto.jp/danjo/>