

全国キャラバン50都市で開催中!

参加費無料



# 自分のカラダとココロを大切にするために もっと知りたい! <sup>わたし</sup>女のカラダ in 山梨

**日時** 2018年10月20日(土) 13:00~15:30

**会場** 山梨県立図書館 1階イベントスペース東側

**定員** 200名

※先着順にて定員になり次第締切ります。

For You!  
**プレゼント!**  
参加者の皆さまに  
大塚製薬商品を  
プレゼント!

## <sup>わたし</sup>女のカラダは<sup>わたし</sup>女のもの!

いつも自分で心地よくコントロールしていたい!  
でも…月経、避妊や性感染症、妊娠・出産、女性特有の  
病気あれこれ、更年期、などなど。  
<sup>わたし</sup>女のカラダには不安や疑問がいっぱいで…  
わからないことや知らないことが多すぎる!

## <sup>わたし</sup>女のココロは<sup>わたし</sup>女のもの!

いつでも  
自分らしく生きていきたい!  
でも…<sup>わたし</sup>女の幸せって何?  
恋愛?結婚?子ども?仕事?  
なんだか息苦しいと思う自分がおかしいの?

一生付き合う自分の「カラダとココロ」を大切に、どんな風にコントロールしていけばいいのか…  
ちょっと立ち止まって、一緒に考えてみませんか?皆さまのご参加をお待ちしています!

13:00	開会	
第1部	「女性の身体とホルモンバランス」 講師：福岡 佳代さん (JR 東京総合病院医師)	<b>人数限定</b> 会場では当日、抽選で腸内細菌チェックができます
第2部	ウィメンズセンター大阪講座 「からだ、わたしたち自身」	※腸内細菌チェックとは・・・ 今話題のエクオールをつくれる体質かどうか 調べる簡易検査です
	腸内細菌チェックの結果発表	問い合わせ
15:30	閉会	E-mail <a href="mailto:kaisapo-momoko@sien-yamanashi.com">kaisapo-momoko@sien-yamanashi.com</a> HP <a href="http://sien-yamanashi.com/kaisapo-momoko">http://sien-yamanashi.com/kaisapo-momoko</a>

**保育あり**

※詳細は裏面をご覧ください

主催 ◆ウィメンズセンター大阪

共催 ◆公益社団法人被害者支援センターやまなし Tel・fax 055-228-3120

後援 ◆山梨県

協賛 ◆大塚製薬株式会社ニュートラシューティカルズ事業部

託児の申込は電話・メール HP 内センター便り内の申込用紙のダウンロード (10/1 × 切)