

# 女性の3つの健康

しくみを知って心地よくすごす



～ 3つの健康とは「体、心、社会性」の3つです～  
第1回は性ホルモンと女性の健康について、  
第2回はストレスフルな社会の中で心地よくすごすための  
スキルアップについて学びます。

2024. 5/28 (火) ・ 6/4 (火)

全2回 連続講座 10:00～12:00

講師：川島 広江 川島助産院 院長

対象：女性 参加費：無料 定員：15人

申込：下記の方法で、4月1日～8日 受付（抽選）

●電話・窓口 受付9:00～17:00

●さつきが丘公民館ホームページ⇒



問合せ：さつきが丘公民館 TEL 043-250-7967 (9:00～17:00)

千葉県花見川区さつきが丘1-32-4



生涯学習センターから配信の講座を公民館で視聴学習します。

## <さつきが丘公民館からお知らせ>

本事業は、同時刻に開催する講座を上映する形で行います。

公民館では、中継映像の視聴のみ（講師への質問はできません）。

生涯学習センターでの受講につきましては、直接お問い合わせください。

★千葉市生涯学習センター学習推進グループ 電話：207-5820（中央区弁天3-7-7）

<https://chiba-gakushu.jp/>

講師プロフィール **川島広江** 川島助産院院長



千葉市助産師会監事。

千葉大学医学部附属病院勤務、同助産学主任教官を経て、2002年川島助産院開業。

厚労省「健やか親子」研究会委員、千葉県男女共同参画条例策定作業部会委員等歴任。

2010日本家族計画協会会長賞、2015母子保健奨励賞受賞。

千葉大学、上智大学等講師。日本医療機能評価機構客員研究員。

「いのちの力」「女性の健康支援」「セクシュアリティ」をライフワークに活躍中。

月日	テーマ	内容
5/28 (火)	性ホルモンと女性の健康	月経、更年期等の女性特有のしくみについて各期の健康課題を知る。
6/4 (火)	心地よく過ごすためのスキルアップ	ジェンダーや暴力など、環境によるストレスと健康への影響について身体のメンテナンスの必要性や方法を知り、自分の体との向き合い方を考える。