

令和5年度人生100年時代セミナー

更年期を健やかに過ごすために

職場や家庭、地域で多様な役割を担う時期を迎える更年期。

この時期に生じる様々な心身の不調が原因で、一人で辛さを抱え悩んだり、職場の理解が得られず休職や離職を余儀なくされることがあります。

当事者だけではなく、社会全体が更年期について理解を深め、女性がいきいきと暮らし、働き続けるために必要な事を学ぶ契機とするため標記セミナーを開催します。

人生100年時代を健やかに過ごす方法を発見する機会にしませんか。

【講師】 医療社団法人木内女性クリニック院長

きうち ちさと
木内 千暁 さん

〈プロフィール〉 関西医科大学卒。日本産婦人科学会認定医、心身医療「産婦人科」専門医日本女性医学会（旧更年期学会）専門医、日本女性心身医学会理事、性と健康を考える女性専門家の会会員 等多数団体所属。2001年「女性総合外来をクリニックで実現したい」と西宮市内に木内女性クリニックを開業。女性のための心とからだのクリニックを目指して、産科・婦人科一般だけでなく、女性心身外来を設け女性の心の悩みにも取り組んでいる。



日時：令和5年12月21日（木）13:30～15:00〈参加無料〉

場所：県立男女共同参画センター セミナー室（会場定員50名）

※動画配信（ライブ）による参加も可能です

動画配信の場合は、お申し込みの際にご登録いただいたメールアドレスに動画配信サイトのURLを開催日の3日前までにお知らせいたします。

対象者：県内在住・在勤・在学の方

申込方法：QRコード または 当センターHP からお申込みください

<https://hyogo-even.jp/seminar/jinsei100-20231005.html>



申込期限：令和5年12月7日（木）13:00

◆ 災害等、やむを得ない事情による日程の延期、中止等はイーブンホームページに掲載します

【問合せ】 兵庫県立男女共同参画センター 企画啓発課
TEL:078-360-8550 <https://www.hyogo-even.jp>
開館：月-金9時～19時,土9時～17時
（日祝、年末年始休）