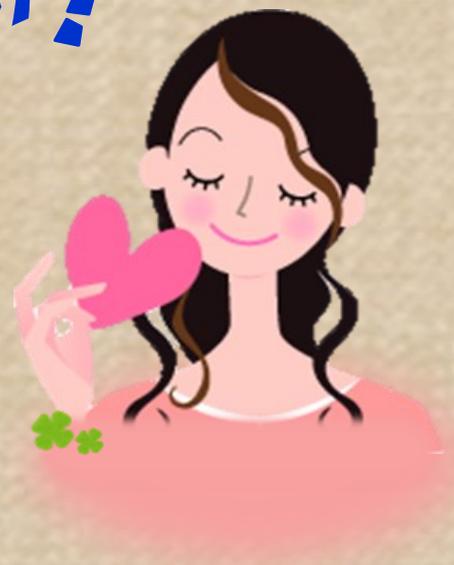


体質だからとあきらめない!

セルフケアで 手に入れる健康



さまざまな体調不良を感じてはいても、体質だからとあきらめていませんか。
病院に行くほどではないと、我慢していませんか。
体調の変化を意識し、適切なケアで健康管理を心がけましょう。

第1回

5月19日(金)

“体質”をリプロの視点から考える

第2回

5月26日(金)

リプロの視点で見直す生活習慣

時間: 10:00 ~ 12:00

会場: 千葉県男女共同参画センター
2階 研修室A1

リプロとは、
リプロダクティブヘルス/ライツのことです。
講座では、女性の生涯にわたる心と身体の
健康と権利についてのお話もあります。



… 講師 …

川島 広江 さん
(川島助産院 院長)

