

「この頃、疲れやすく、やる気が出ない」
「睡眠のリズムが乱れやすく、夜間に目が覚めて眠れない」
「お腹周りに脂肪がつく」などの変化が見られませんか？



もしかしたら、男性ホルモン「テストステロン」の減少の影響
かもしれません。研究が進み、テストステロンの減少により、
判断力や理解力、記憶力などの認知能力の低下などを引き
起こす場合があることも分かってきました。

本講座では、泌尿器科専門医の米納浩幸医師に
「男性更年期」の症状と正しい対処法を学び、
男性の心や身体の健康について考える機会とします。

「男性更年期」 を考える

日時：2023年 **11** 月 **9** 日 (木)
午後 **7** 時 ~ **8** 時 30 分

よのう ひろゆき

講師：米納 浩幸さん (ヒルズガーデンクリニック院長)

対象者：関心のある方

定員：36人(事前申込先着順)

会場：なは市民活動支援センター会議室
(なは市民協働プラザ2階)

*一時保育は当面の間、休止いたします。手話通訳をご希望の方は、
11月2日(木)までにお申し出ください。

●講師プロフィール



1991年琉球大学医学部医学科卒業後、琉球大学医学部泌尿器科に入局。1999年国立がんセンター研究所支所にて政府の「がん克服新10か年戦略」事業のがん克服研究に参画。医学博士取得後、2004年テキサス大学サンアントニオ校に留学。帰国後、東京医科大学泌尿器科講師、琉球大学医学部泌尿器科講師として勤務したのち、2011年那覇市松川にヒルズガーデンクリニックを開設し現在に至る。

2011年より2年間ラジオ番組「シッ得！ナッ得！泌尿器科」、「健康花盛り」を担当していた。資格：日本泌尿器科学会専門医、日本がん治療認定医機構認定医、日本医師会認定産業医など。



講座のお申込みは、左記の「QRコード」からできます。

お問合せ&講座のお申込み *受講は無料です

⇒なは女性センター窓口でも受付しています。

TEL.098-951-3203 FAX.098-951-3204