

女性の健康とライフサイクル

～更年期、ホルモンの揺らぎに向き合う～

女性にとって 40 代から 50 代は、職場や家庭で多くの役割を期待され、様々な悩みを抱えることが増える時期です。しかし、この時期は女性の身体も変化していき、更年期障害など健康の問題が出はじめる時期でもあります。

日本人女性は我慢強く「更年期障害」らしき症状が出てクリニックに行かずにやり過ごしたり、家族や他人に相談することなく自分で解決しようとする傾向にあります。

今回、女性自身が女性特有の不調に向き合い、自身が自らのライフサイクルを見つめ直す講座を開催いたします。ぜひご参加ください。



□講師プロフィール
オリガ・エリセーバ (HerLifeLab 株式会社 CEO)
沖縄科学技術大学院大学(OIST)客員研究員。
ベラルーシ出身。自身の更年期の経験から 2021 年に OIST アクセラレータプログラムで更年期女性に向けたプロジェクトを開始。2022 年 HerLifeLab 株式会社を共同で創業。2 男 1 女の母。沖縄県在住。

2024 年

9月7日(土)

13:00~15:00

- 対象者:関心のある方
- 定員:36名(事前申込先着順)
- 参加者:無料
- 会場:なは女性センター学習室(なは市民協働プラザ)
- 電話番号:098-951-3203

※那覇市在住・在勤・在学の方は、一時保育・手話通訳が利用できます。

8 月 30 日(金)までにお申し込みください。

▼お申込み QR コード

