

# こころからだ講座

2 回連続講座

女性ドクターから、女性特有の健康リスクとセルフケアを学びます。

- 会 場：東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム 学習室
- 参加費：無料
- 定 員：20 人 (女性限定)
- 一時保育：あり (事前予約必要)
- 申込締切：平成 27 年 3 月 8 日 (日)



平成 27 年

3/15 日

14:00 ~ 16:00

## 女性ホルモンと上手につきあおう

女性ホルモンの働きやホルモンバランスから起きる女性の健康リスク、女性特有の病気について、解説します。

はしもとなみこ

講師：橋本奈美子さん (産婦人科医師)

大阪大学医学部卒。大阪大学医学部附属病院や大阪府立成人病センターなどの勤務を経て、公益財団法人日本生命済生会附属日生病院産婦人科副部長。日本産婦人科内視鏡学会技術認定医。専門分野は思春期医学・周産期学・婦人科内視鏡手術。多数の学会発表のほか、一般向け講演では「思春期に気づく月経困難症と子宮内膜症」「女性のための健康応援セミナー～月経痛に悩まないで」など。



平成 27 年

3/20 金

18:30 ~ 20:30

## 現代女性のライフサイクルとストレス

女性のライフサイクルや女性役割期待、社会進出の影響という観点から女性のストレスをとらえ、セルフケアについて学びます。

こやまあつこ

講師：小山敦子さん (心療内科医師)

島根医科大学 (現島根大学医学部) 卒。近畿大学医学部教授。心療内科専門医・日本女性心身医学会認定医師。もともと血液内科医であったが、心身症、サイコオンコロジー (がん患者のメンタルケア)、性差医療に興味を抱いて、心療内科医に転向。ストレス関連身体疾患としての「心身症」の診療・研究・教育に取り組む。主な論文に「男女共同参画社会がもたらす女性の悩みと対策」など。



# こころとからだ講座

- 日 時：平成 27 年 3 月 15 日 (日) 午後 2 時～4 時  
平成 27 年 3 月 20 日 (金) 午後 6 時 30 分～8 時 30 分
- 会 場：東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム  
学習室
- 対象・定員：東大阪市在住・在勤・在学の女性 20 人
- 参加費：無料
- 一時保育：1 歳半～就学前幼児 定員 10 人、ひとり 200 円  
(申込先着順・開催日の 1 週間前までに要予約)
- 申込方法：  
ハガキ、FAX、メールに講座名「こころとからだ講座」、受講  
動機、住所、氏名、電話番号、FAX 番号、希望日、保育の有無 (子  
どもの氏名・生年月日) を記入し、下記までお申し込みくだ  
さい。イコーラムHPからも申込可能です。
- 申込締切：平成 27 年 3 月 8 日 (日) 必着  
※申込多数の場合は抽選  
※1 回のみのお申し込み可

東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム  
(近鉄奈良線 若江岩田駅前 希来里ビル施設棟 6F)



## ★お申し込み・お問い合わせ★

〒578-0941 東大阪市岩田町 4-3-22-600  
東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム  
Tel 072-960-9201 / Fax 072-960-9207  
E-mail ikoramu@nifty.com  
URL <http://www.ikoramu.com>

## こころとからだ講座 申込フォーム

東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム 宛

ふりがな				職 業	
氏 名				年 代	歳代
住 所					
電話番号	(勤務先・自宅・携帯)	FAX	(勤務先・自宅)		
E-mail	(勤務先・自宅・携帯)				
参加動機					
一時保育 希 望	有・無	(ふりがな) (お子様のお名前)	生年月日	年	月 日

★お申込みにあたってお預かりする個人情報、本事業以外の目的で使用することはありません。

**FAX 072-960-9207**