

出前講座開催しました！

# 女性のための健康講座

出前講座「働く女性のための健康講座」  
日時：平成27年11月28日  
場所：伊井助産院・藤沢ベビーセンター  
対象：助産師・保育士

## 内容：

- ①女性のからだのしくみ、
- ②健康なからだづくり
- ③あなたのライフプランは？
- ④妊娠・出産・育児について知ろう
- ⑤育児とキャリアビジョン
- ⑥いのちのうた

## 感想

- ・心に響きました
- ・自分の身体をよく知って自分にとって家族にとって心身ともに健やかに生活していきたい。
- ・いのちのうた感動しました。
- ・娘にも伝えたい。
- ・私も早く産みたい。



横浜国立大学教育学部  
では「こどもと母の関係」の授業でのゲスト  
スピーカーとしてお話し  
させていただきました。

東洋羽毛株式会社では  
「更年期から幸年期へ」  
というテーマでお話させ  
ていただきました。



自分らしいライフプランやキャリアビジョンを実現するためには、  
女性のからだや妊娠出産育児についての正しい知識を得て、  
健康な生活を送ることが必要です。

また、パートナーや職場の方々にも同様に  
理解を深めていただくことが大切だと考えます。

私たちは、さまざまな年代の女性の健康を守る活動をしております。  
ご要望に応じて、女性の健康に役立つ講座をお届けいたします。（担当委員）