

会場 または 録画配信 選択講座

# もっと知りたい私のカラダ しくみを知って心地よくすごす



どの自分もぜんぶ大切にして  
カラダも気持ちも  
ゆったり過ごしたい

2025

5/27(火)、6/10(火) 10:00 ~ 12:00

会場	千葉市生涯学習センター3F 特別会議室または研修室3
対象	女性
定員	会場20人(応募多数の場合は抽選) 録画配信30人
費用	無料
講師	川島助産院 院長/川島 広江
申込方法	メール 希望参加方法(会場または録画配信のどちらかを明記)
募集締切	5/14(水) 必着
問合せ	千葉市生涯学習センター学習推進グループ TEL: 043-207-5820



## 講師プロフィール

川島助産院 院長 川島広江



千葉県助産師会監事、千葉大学、上智大学等 助産・看護教育に従事、日本医療機能評価機構客員研究員、日本助産学会代議員、助産業務ガイドライン編集委員、助産師のための産後ケアガイド編集委員、日本思春期学会認定講師、日本女性心身医学会認定更年期指導士、認定フェムテックエキスパート。

妊婦およびパートナーへの講座・産後訪問ケアをはじめ、女性の健康講座、個別相談事業、学校での生と性の講座、不妊専門相談事業等を担当。

1994年千葉大学看護教員研修終了

千葉大学医学部附属病院 産婦人科勤務 / 医学部附属助産婦学校教務主任を経て、2002年川島助産院開業

2015年母子保健奨励賞受賞、2023年日本助産学会奨励賞受賞

日時	テーマ	内容
5/27 10:00~ 12:00	性ホルモンと 女性の健康	・月経、更年期等の女性特有のしくみについて ・各期の健康課題について
6/10 10:00~ 12:00	心地よく過ごすためのスキルアップ	・ジェンダーや暴力など環境によるストレスと健康への影響について ・身体のメンテナンスの必要性や方法 ・自分の体との向き合い方



### ■ 申込方法 ■

下記の必要事項①～⑥をご記入の上、メールでお申し込みください。応募多数の場合は抽選です。

【申込み先アドレス】 [manabi.kouza@ccllf.jp](mailto:manabi.kouza@ccllf.jp)

#### 【必要事項】

- ① 講座名「もっと知りたい私のカラダ」
- ② 希望参加方法（会場または録画配信のどちらかを記載）
- ③ 〒住所
- ④ 氏名（ふりがな）
- ⑤ 年齢
- ⑥ 電話番号

#### 【募集締切】

2025年5月14日(水) 必着

#### 【問合せ】

千葉市生涯学習センター 学習推進グループ  
電話：207-5820

携帯電話からメールでお申込みの場合、センターからの返信が迷惑メールとみなされ、受け取れないことがあります。  
4日すぎても応募受理の連絡がない場合は、必ずお問い合わせください。

