



JCHO 相模野病院
婦人科腫瘍センター顧問
講師：上坊 敏子 医師

女性ホルモンを知って

ココロとカラダを

コントロール



参加費無料



こんな不安ありませんか

- ・更年期ってどんな症状？
- ・更年期にはどう対処したらいいの？

更年期をうまく乗り切るためには、
ご自身や周囲の方が女性の健康について
知っておくことがとても大切です。

医師による貴重な講演の機会になります。
この機会を逃さずに、ぜひご参加ください。

日時：令和6年10月17日（木） 午後2時～4時

（午後1時30分より受付開始）

会場：ウェルネスさがみはら 7階 視聴覚室

定員：100名（申込順）

内容：医師による更年期についての講演
*健康情報コーナーもあります。

参加者特典

- ① 記念品のプレゼントがあります
- ② 骨密度の測定ができます

対象：更年期の女性の健康について関心のある市内在住・在勤の方

持ち物：筆記用具

インターネットからの
お申し込みはこちら！

申込み：令和6年9月20日（金）～10月16日（水）
相模原市コールセンター 042-770-7777
受付時間：午前8時～午後9時（年中無休）



主催：相模原市中央保健センター