

Women's
Salon

くるり

@こころとカラダ

知って、向き合って、心も軽く

女性のカラダ

～更年期、ホルモンバランス～

令和4年7月23日(土) 13:30～15:30

会場：ふくいウイメンズ・オアシス
(福井県生活学習館2階)

女性のカラダは、とても複雑でデリケート。
なんらかのカラダの不調を抱えていませんか。

「みんなはどうなの?」「みんなはどうしているんだろう」って思ったことがありますよね。

知っているようで知らないカラダのこと。

薬剤師さんと一緒にみんなで話して

今よりも心地良くいられるヒントを見つけましょう。

講師&助言:

田中 美智子 さん(薬剤師)

*ミニ講座(30分)&

質疑応答含めて参加者みんなでフリートーク
(90分・情報や思いをシェア)

対象：・カラダの不調に悩んでいる女性
・テーマに関心のある女性

定員：10名(無料)



くるりの
お申込みは
こちら



QRコードを読み取るとメール送信画面となりますので、必要事項を記入の上返信ください。

チャイルドルーム
(要予約)
お申込みはこちら



[料金]300円/人
[対象]生後6ヶ月～6才

女性のためのピアサポートサロン「Women's Salon くるり」

福井県生活学習館2階に開設した「ふくいウイメンズ・オアシス」を拠点に、女性のためのピアサポートサロン「Women's Salon くるり」を開催します。

「Women's Salon くるり」は「@こころとカラダ」「@夫婦・家族」「@お仕事」「@育児・保活」「@子育て」など身近なテーマを設定し、ざっくばらんに話し合う場です。自分が語るのももちろん、聴いているだけでも大丈夫。参加者同士で、気持ちや経験・情報を分かち合い“ひとりじゃない”って思える時間を一緒に過ごしましょう。

※新型コロナウイルス感染防止対策のため、当日は常時マスク着用の参加、手指の消毒、検温にご協力をお願いします。

くるり@こころとカラダ 今後の予定

9月(カラダの痛み)
「腰痛、肩こり etc.」

10月(こころの不調)
「コンプレックスや
自己効力感の低下」

11月(カラダの不調)
「月経、ホルモン、更年期」

■お申し込み／お問い合わせ■

ふくいウイメンズ・オアシス(運営:公益財団法人ふくい女性財団)

福井市下六条町 14-1 福井県生活学習館 2 階

TEL 0776-89-1008 Mail w-oasis@f-jhosei.or.jp



Fukui SDGs Partner

