

教育機関等に出向き講演します！

女性のハッピーライフ支援講座

10代後半から結婚前の時期に、女性のカラダとココロの正しい知識を学んで、自身の健康に目を向けながら ライフプランを考えることが大切です。

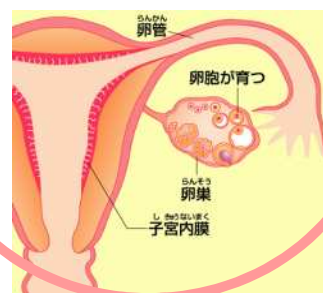
妊娠や出産



卵子のこと

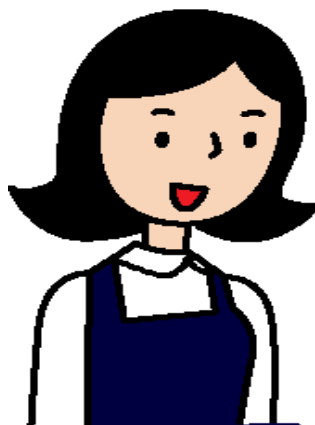
加齢とともに卵子の数は減り、質も低下します。

月経のこと



不妊のこと

夫婦の6組に1組は不妊治療や不妊の検査をしています。35才を過ぎると妊娠率は低下します。



女性特有のがん

早期発見により5年後の生存率が上がります。20才を過ぎたらがん検診を受けましょう。

生活習慣病

若い人のかくれ肥満、かくれ糖尿病が注目されています。毎日の生活習慣が重要です。

若い人の食生活

食事バランスばっちりのヒケツお話しします！

喫煙の害

肌荒れや月経不順、不妊の原因、妊娠・出産や子どもの健康にも悪影響を及ぼします。

上記のような内容をご要望の組み合わせで、保健師や管理栄養士がわかりやすくお伝えします。



詳細に関しては、お問合せください（裏面へ）



対象は、厚木市・海老名市・座間市・愛川町・清川村（神奈川県厚木保健福祉事務所管内）にある教育機関等です。

< お問合せ・申込み先 >

神奈川県厚木保健福祉事務所 保健福祉課 保健師まで

電話：046 - 224 - 1111（代表番号）

FAX：046 - 225 - 4146

< お問い合わせから講座実施までの流れ >

電話またはFAXでお問い合わせ・申込みをします。



担当よりご連絡をし、実施する日程と内容の調整を行います。



教育機関等で「女性のハッピーライフ支援講座」を実施します。

案内図

神奈川県厚木保健福祉事務所
住所：厚木市水引2 - 3 - 1

