

エストロゲンに 振り回される 女性を理解しよう

月経の基本的な仕組みから
現代女性が抱える課題、
そして具体的な対処法までを理解し、
自身の健康管理や周囲への理解を
深めていきましょう。

エストロゲン：主に女性の卵巣から分泌される女性ホルモンの一種
講座のゴール：☆月経の仕組みを正しく理解する

☆現代女性の月経関連疾患が増える理由を知る
☆月経痛やPMSでの共感を深める
☆具体的な対処法と受診の目安を学ぶ
☆行動への一歩を踏み出す

◆月経量の実験をします。

◆更年期のお話もあります。

日時：令和8年1月24日（土）
14：00～15：30

対象：どなたでも
（パートナーの方と一緒にのご参加も歓迎いたします。）
定員：15人（先着・要申込）
参加費：無料
会場：ゆいぽ〜と5階研修室
託児：3人（先着・要申込）
申込方法：裏面をご覧ください。



一般社団法人ココテラスひろしま
医師 保谷 茉莉さん



申込方法

次の URL または二次元コードからお申し込みください。

<https://forms.gle/8vYMuqdgqd4BYfbs6>



電話、ファックス、電子メール、来館等でも承ります。

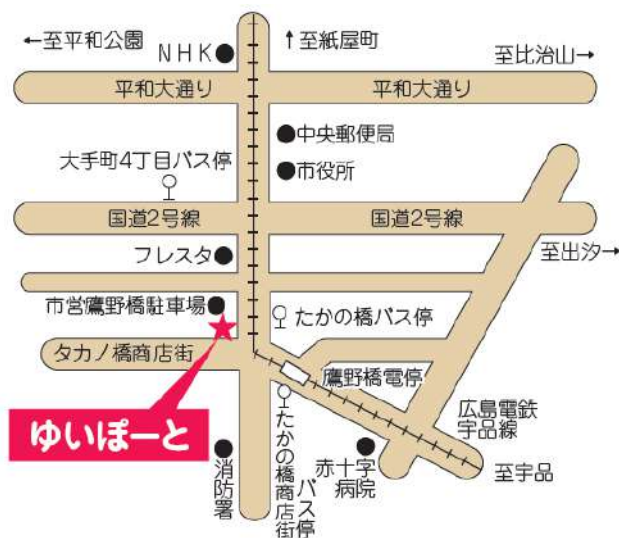
下記内容①～⑥をお知らせください。

①名前（フリガナ） ②電話番号 ③FAX 番号

④メールアドレス ⑤年齢 ⑥《託児をご希望の方》

お子さまの名前（フリガナ）、年齢・月齢（開催日時点）、性別

※6 カ月～未就学児対象/先着 3 人/1 月 17 日(土)までに要予約



●路面電車

- ①広島駅～広島港
- ③西広島～広電本社前
※日中運行無し。時刻表をご確認ください。
- ⑦横川駅～広島港「鷹野橋」下車

●広電バス

- ③広島駅～観音方面
- ⑥牛田方面～江波方面
「大手町4丁目」下車

●広島バス

- (21-1) 広島駅～広島港
「たかの橋」下車
- (21-2) 広島駅～グランドプリンスホテル広島
「たかの橋商店街」下車

駐車場はありません。市営鷹野橋駐車場(有料)などをご利用ください。
駐輪場(無料)は、市営鷹野橋駐車場の隣にあります。

お申し込み
お問い合わせ

広島市男女共同参画推進センター（ゆいぽーと）

〒730-0051 広島市中区大手町5丁目6番9号 [TEL] 082-248-3320 [FAX] 082-248-4476

[E-Mail] info-y@yui-port.city.hiroshima.jp [URL] <https://www.yui-port.city.hiroshima.jp/>

〔開館時間〕 9:00～21:00 〔休館日〕 月曜日、祝日法に規定された休日（日曜日を除き、当該休日が月曜日のときは、その直後の休日でない日）、8月6日、年末年始（12月29日～1月3日）

