

参加費無料
事前申込制
託児あり※要予約

その不調を心地よく

産婦人科医師×薬剤師が紐解く

「PMS・更年期」の処方箋

イライラや疲れやすさなど、年齢とともに感じる心身の不調。
今回は、女性特有のPMSや更年期をメインに、そのメカニズムと対処法を
専門家が分かりやすく解説します。意外と知られていない
『実は、男性にも更年期ってあるんですよ。』というお話も交えながら、
性別を問わず健やかに過ごすためのヒントをお伝えします。
毎日を自分らしく、心地よく過ごすための『あなたへの処方箋』を、
一緒に見つけてみませんか？



10月25日 日

時間：10：00～12：00（開場 9：30～）

会場：天草市複合施設ここらす
【会議室ABC】

定 員：60名（先着順）
対象者：どなたでも

講演 1 10：00～10：50



独立行政法人地域医療機能推進機構
天草中央総合病院

産婦人科 医師
岩崎 聡美 先生

『我慢しない生理痛・PMS』

講演 2 10：50～11：50



株式会社アポセカリーHAYASHI
「はやし薬局」代表

薬剤師 薬学博士
林 良樹 先生

『知って安心！女性と男性の更年期』
～自分らしく健やかに過ごすために～

保健師等による健康相談を
実施します。

【血管年齢・骨密度測定】
時間 9：00～12：00



申込コード

参 加 申 込 書

参加希望の方は、申込用コード、電話、FAXのいずれかにて下記の内容を記入のうえ、男女共同参画センターまでお申込みください。



申込用コード

申込期限：令和8年10月9日（金）まで

氏 名 (代表者)	ふ り が な	TEL	
連絡先	〒	託児希望 いずれかに ✓してください	☐ 有 ☐ 無
Eメール アドレス			
事前質問 (任意)	※事前質問、質疑応答の中ですべて回答されない場合がありますのでご了承ください。		

問合せ先

〒863-0034
天草市浄南町4番15号
天草市男女共同参画センター
(複合施設ここらす内)

TEL : 0969-23-8200
FAX : 0969-23-8811
Email : danjyokyodo@city.amakusa.lg.jp



託児あります
※要予約
(電話にてお申し込みください)

天草市男女共同参画センター

TEL : 0969-23-8200

対象 : 6 カ月から未就学児まで

