



Women's Health

参加者募集
1日のみ参加可

女性による女性のための女性健康講座

ウィメンズヘルスカフェ

こんな方におすすめ

- ✓ 更年期がどんなものか分からず不安がある
- ✓ 現在、更年期の症状で悩んでいる
- ✓ 更年期を終えたが自分の身体について悩んでいる



対象：水戸市、小美玉市、笠間市、茨城町、城里町、大洗町
にお住いの40～60代の女性

助産師による体の不調の話と
国際中医薬膳師による不調解消の薬膳の知恵

日時：8月30日（金）10：00～12：00
会場：城里町常北保健福祉センター
（城里町石塚1428-1）

認定看護師による
乳がんと尿漏れ予防の話

日時：9月8日（日）10：00～12：00
会場：茨城県看護協会
（水戸市緑町3-5-35）

管理栄養士による大事な栄養の話と
国際中医薬膳師による簡単薬膳調理実習

日時：10月17日（木）9：30～12：00
会場：地域医療センターかさま
（笠間市南友部1966-1）

お申込み
お問合せ

公益社団法人茨城県看護協会（まちの保健室）
〒310-0034 茨城県水戸市緑町3-5-35 ☎029-221-6900



定員がございますので実施2週間前までに電話にてお申込みください

後援：水戸市・小美玉市・笠間市・茨城町・城里町・大洗町

FAX送信票 (FAX番号029-226-0493)

令和6年度 ウィメンズカフェ 申込書

ふりがな

■ 氏 名 :

■ 住 所 :

■ 電話番号 :

※参加希望に○を付けてください

実施日・内容

参加希望

8月30日 (金) 10:00~12:00
城里町常北保健福祉センター (城里町)

申込締切: 8/16 (金)
定員: 20名

**助産師による身体の不調の話と
国際中医薬膳師による不調解消の薬膳の知恵**

9月8日 (日) 10:00~12:00
茨城県看護協会 (水戸市)

申込締切: 8/26 (月)
定員: 50名

**認定看護師による
乳がんと尿漏れ予防の話**

10月17日 (木) 9:30~12:00
地域医療センターかさま (笠間市)

申込締切: 10/3 (木)
定員: 25名

**管理栄養士による大事な栄養の話と
国際中前薬膳師による簡単薬膳調理実習**

送付先

公益社団法人茨城県看護協会 (まちの保健室)

☎ 029-221-6900 FAX 029-226-0493

定員がございますので実施2週間前まで電話またはFAXで申し込みください