

令和6年度 第1回「生活も仕事も」ととのうセミナー

心が揺れがちな時代に 「私は私」で生きるには

[日時]

6月29日(土) 14:00～16:00

開場12:30～

※開始まではよりん彩記念日フォーラム
ステージ発表をご観覧ください

[会場]

エスパック未来中心小ホール
(倉吉市駄経寺町212-5)

参加費無料

(要:事前申込)

その他

- ・手話通訳あり
- ・要約筆記・託児その他サービスの必要な方はメールまたはお電話でお伝えください。



【講師紹介】 講師：高尾 美穂 さん

医学博士・産婦人科専門医。日本スポーツ協会公認スポーツドクター。イーク表参道副院長。ヨガ指導者。婦人科の診療を通して女性の健康を支え、女性のライフステージ・ライフスタイルに合った治療法を提示し、選択をサポートしている。

『あさイチ』（NHK）などのテレビ番組への出演や講談社のwebマガジン『mi-mollet』の連載、SNSでの発信の他、音声配信アプリ「stand.fm」で毎日更新される番組『高尾美穂からのリアルボイス』ではリスナーの多様な悩みに回答。1300万回再生を超える人気番組となっている。

著書に『超かんたんヨガで若返りが止まらない!老けたくないなら、骨盤底筋を鍛えなさい』『いちばん親切的な更年期の教科書【閉経完全マニュアル】』（ともに世界文化社）『心が揺れがちな時代に「私は私」で生きるには』（日経BP）などがある。

【主催】鳥取県男女共同参画センターよりん彩

〒682-0816 鳥取県倉吉市駄経寺町212-5

電話 0858-23-3901

申込QRコード



申込書

令和6年度 第1回生活も仕事もととのうセミナー

申込日

月

日

参加者 ①	住所	〒	
	お名前	(ふりがな)	電話番号
		E-mail(セミナーの変更などがあった場合にお知らせします)	
参加者 ②	住所	〒	
	お名前	(ふりがな)	電話番号
		E-mail(セミナーの変更などがあった場合にお知らせします)	

* 講演中の録画、録音、SNSなどを用いた中継、二次利用、無断掲載などの行為、講演資料の流用などをご遠慮ください。

◆託児を希望される場合◆(お申込みは6月11日(火)まで)

託児希望 お子様 の名前	(ふりがな)	年齢 歳 ヶ月

◆申込み方法

6月21日(金)までに、電子申請又は下記主催者宛に申込書を郵送又は持参の上、お申し込みください

(申込先着順)

※定員に達し次第、締め切らせていただきます。

電子申請
申し込みはコチラ→



◆主催:鳥取県男女共同参画センターよりん彩

〒682-0816 鳥取県倉吉市駄経寺町212-5

電話 0858-23-3901

