

"Meet The HAP 兵庫高砂" 女性の健康出前講座



# 第5回 幸年期(更年期)講座 @ 兵庫高砂

(保健医療者向けのご案内)

●平成29年6月24日(土) 15:00~17:00

★大森産婦人科医院にて参加費無料で開催します。(申込は別紙にて)

兵庫県高砂市伊保港町2-5-17 Tel:079-448-1103 Fax:079-448-0111

★対象:保健医療者および関係者 この領域に関心の有る方等

(薬剤師研修認定1単位 申請中です)

女性の健康支援プロジェクトNPO法人HAPは、女性のライフステージに応じた健康管理と疾病管理(以下「ウイメンズヘルスケア」という)の改善とその向上を図るための情報を伝え、社会にウイメンズヘルスケアのあり方を提言し、その活動により女性のQOL向上に貢献することを目的とするNPO法人です。このたび、女性の健康出前講座の一環として“更年期講座”を開催いたします。百聞は一見にしかず、興味関心のある皆様の参加をお待ちしています。

## 講座内容

▼講演Ⅰ: Time for a change ~ゆらぎの時を超えて~ 大森産婦人科医院 松本安代(医師)

▼講演Ⅱ: ロコモ道場 上手にからだを動かす 講師: HAP理事長 宮原富士子(薬剤師)

運動器の障害のために移動機能の低下をきたした状態を「ロコモティブシンドローム(略称: ロコモ)」といいます。超高齢化社会を迎えた日本ではロコモは国民病です。ロコモの大きな原因は「運動器自体の疾患」と「加齢による運動機能不全」です。いつまでも自分の足で立って動けるように年を重ねる準備をしていきましょう。\*体操をしますので動きやすい服装でお越しください

健康サポート薬局・かかりつけ薬剤師を目指す薬剤師の方と共に、薬局のこれからの課題をふまえて情報共有したいと考えています。

多くの薬剤師および地域の医療介護者のご参加をお待ちしています。

主催: 特定非営利活動法人Healthy Aging Projects for Women(NPO法人 HAP)

協力: 大森産婦人科医院 大森整形外科医院

HAP事務局 〒111-0032 東京都台東区浅草3-4-1 K-BLDG

当日携帯 090-3381-3823 fax 03-3876-9084 (事務局担当 宮原)

URL <http://www.hap-fw.org> mail [asakusao@hap-fw.org](mailto:asakusao@hap-fw.org)