

健康・介護教室を
オンラインで受講！

女性のための
健康コース②

自宅で動画を見ながらしっかり学べる！
女性がいきいき暮らすための知識が満載

40歳代半ばを迎えた女性に 向けた健康セミナー

年代別 女性のからだと健康！女性のための健康サポート

無 料

インターネットの
接続費用は
自己負担と
なります



講 座 の ポ イ ン ト

◆女医が教える「女性のライフサイクルとからだの変化」

○女性ホルモン（エストロゲン）の変化と働き、 ○更年期症候群の症状・診断・治療、
○更年期を健やかに過ごすために、 ○働く女性のメンタルヘルス、
○各年代(40代から)で気をつけてほしいこと など
～女性がいきいきと過ごすために～ 働く女性専門外来の診療室から女性医師がわかりやすくお話いたします。

【講師プロフィール】 星野 寛美 氏（関東労災病院 働く女性専門外来担当）

1961年、横浜生まれ。早稲田大学理工学部へ入学後、中絶問題等に関心を持ったことをきっかけに3年次中退。同時に横浜市立大学医学部へ入学。1988年、京都大学医学部婦人科学産科学教室に所属し、京都大学医学部付属病院、夏山病院、市立岸和田市民病院に勤務。1990年～1993年、国立病院医療センター（現、国立国際医療センター）に勤務。1993年より、関東労災病院産婦人科に勤務。2001年より、「働く女性専門外来」も担当もしている。診療のかたわら、1991年に協力者と共に「環（わ）の会」という社会福祉事業（2000年よりNPO法人）を創設し、予期しなかった妊娠、出産、子育てについての相談事業を行っている。

シチズン健康保険組合

■「女性のための健康（40歳代半ばを迎えた女性に向けた健康セミナー）」コースオンライン型 カリキュラム

カリキュラム	項 目	内 容
	女性ホルモン（エストロゲン）の変化と働き	・年齢による女性ホルモンの変化 ・女性ホルモンの変化に伴う5つのステージ ・女性ホルモン（“女性の守護神”）の働き
	更年期症候群の症状・診断・治療 ～更年期を健やかに過ごすために～	・更年期障害の症状 ・更年期障害の治療 ・更年期に気を付けたい病気
	働く女性のメンタルヘルス ～働く女性専門外来の診療室からのご提言～	・女性外来とは？ ・女性外来を受診した方の内訳・ケース紹介 ・女性特有の疾患の特徴 ・働く場面での影響の例 ・女性の健康応援サイト活用のご提
	各年代で気をつけること ～女性がいきいきと過ごすために～	・40代からの各年代で気をつけたいこと

データが大容量となりますので、従量制のデータ通信プランをご覧くださいと、高額な通信料がかかることがあります。
視聴の際は、容量無制限の高速インターネット環境でご利用ください。

【個人情報の取り扱い】

参加申込書に記載された個人情報は、講座の教材と視聴のためのID/パスワードを発送するため、健康・介護教室の運営団体である（公財）総合健康推進財団に提供します。