

費用無料

「女性の健康づくり」のための

出前講座

を活用しませんか？

新宿区女性の健康支援センターでは、
女性の健康づくりに関する「出前講座」を実施しています。
講座のテーマやお時間、進め方などはお相談に応じます。



- 保健師、栄養士などの専門職が講師を担当
- 区内のご希望の場所にお伺いします。

 対象

団体様向け (少人数でも可)

対象:新宿区内在住、在勤、在学者
(男性の参加も可能です)

 ライフステージに応じた講座メニュー

思春期	性成熟期	更年期	老年期
 月経について	 更年期障害	 生活習慣病	
 体の変化	 女性のがん	 骨粗しょう症	 尿モレ・尿失禁

お問い合わせ・お申込み

新宿区女性の健康支援センター
(四谷保健センター内)

〒160-0008 新宿区四谷三栄町10-16
月～金曜日 午前8時30分～午後5時(祝日・年末年始除く)



03-3351-5161

FAX:03-3351-5166



オンライン申込みも可能！

https://www.city.shinjuku.lg.jp/kenkou/yotsuya-h01_001065.html



学校や
子ども会で！

地域活動や
サークル
の場で！



会社で！