市民公開講座 女性のための健康セミナー⑯

女性の骨や関節の痛みとホルモンの話

参加費無料
先着100名様
（事前予約不要）

人生100年を健康に生きる プレ更年期から老年期の心得

［日時］
令和2年 3月 8日（日）
13:30～15:20（開場 13:00）

［会場］
水戸駅北口駅ビル
エクセル本館6F
エクセルホール
〒310-0015 水戸市宮町1-1-1 TEL:029-231-7711

司会 ひとづくり工房esuco 浦山 理絵 さん

挨拶 茨城県産婦人科医会 会長
青木 雅弘 先生

①産婦人科専門医の立場から

つくばセントラル病院 産婦人科 部長 長田 佳世 先生

②手外科専門医の立場から

筑波大学 整形外科 准教授 小川 健 先生

骨の健康に留意した料理の紹介
茨城キリスト教大学 生活科学部食物健康科学科 井川ゼミの皆さま

③座談会

会場の皆様からの質問にお答えします

更年期の症状といえば、のぼせやほてりだけと思っていませんか？
実は、**手指のこわばりや痛み**、**骨粗鬆症**も女性ホルモンの減少に起因している場合があります。女性ホルモンと骨や手指の関節痛の関係を学び、健やかに生きるヒントにしませんか。

イラスト by WANPUG

主催：茨城県産婦人科医会・茨城県産科婦人科学会
共催：大塚製薬株式会社ニュートラシューティカルズ事業部
後援：日本産婦人科医会・日本産科婦人科学会・茨城県医師会
茨城県 水戸市

お問い合わせ 茨城県産婦人科医会事務局 MAIL office@ibaog.jp

for women's health
3/1～3/8は「女性の健康週間」です
産婦人科医は「生涯にわたる女性の主治医」です