

江東区健康センター 健康講演会

女性ホルモンと 更年期障害



講師

昭和大学江東豊洲病院

産婦人科 山下 有加 先生

「めまい」「のぼせ」「疲れ」「不眠」「イライラ」・・・ホルモンバランスの乱れにより様々な不調が出てくると言われている50歳前後。身体が変わったら、生活習慣も変えていきましょう。

本講演は、女性ホルモンから来る更年期障害の改善法や付き合い方・閉経後の健康づくりに関するお話です。

日時

令和4年 **3月5日 (土)**

講演 **13時30分～14時15分**

質疑応答 **14時15分～14時30分**

参加費

無料

申込方法

専用申込みシステムよりWEB申込み

<https://koto-hsc3.revn.jp/>

申込開始：**1月25日 (火) 9:00～**



定員100名になり次第終了

※Zoomへのアクセス方法等は、お申込み後メールにてお知らせいたします。

お問合せはこちら



公益財団法人 江東区健康スポーツ公社
江東区健康センター

電話：03-3647-5402

FAX：03-3647-5048