



令和4年度 第2回

女性のためのこころ&からだセミナー

その不調って、更年期？私のココロとからだに効くセルフケア

2023年 1/29 日 13:30~15:00

更年期における体のさまざまな不調をやわらげる、自分でできるツボマッサージやその他対処法について中国医学の観点から効果的なやり方をお聴きしながら、実際にセルフケアを体験してみましょう。



講師



きよ ほう こう 氏
許 鳳 浩 氏

1987年中国延边大学医学院医学部卒業。1998年来日し、順天堂大学医学部研究生、富山県伝統医学センター研究員、富山大学和漢医薬学総合研究所助教、金沢大学医薬保健学総合研究科特任助教を経て、医療法人ホスピィー・統合医療研究所副所長。

会場

富山県民共生センター
「サンフォルテ」
〒930-0805 富山市湊入船町6-7

参加費

500円

対象

県内在住の女性
25名程度 ※先着順

交通アクセス

※富山駅北口から
徒歩約10分



申込方法

▼FAXでお申し込み

FAX **076-432-5525**

▼往復はがきでお申し込み⇒裏面へ

▼WEBでお申し込み

🔍 サンフォルテ

<https://www.sunforte.or.jp>



富山県民共生センター「サンフォルテ」指定管理者
サンフォルテJOIグループ

(公財) 富山県女性財団

〒930-0805 富山市湊入船町6-7

TEL 076-432-4500 FAX 076-432-5525

主催：富山県・(公財) 富山県女性財団

申込方法（申込先着順）

参加ご希望の方は、メールフォーム、FAX、往復はがきでご応募ください。

メールフォーム からの応募方法

サンフォルテホームページの「講座・催し」のコーナーをご利用ください。
整理券返信のため、必ずメールアドレスを記入ください。

サンフォルテ

検索

<https://www.sunforte.or.jp>



往復はがき FAX での応募方法

「1/29 第2回 女性のためのこころ&からだセミナー受講希望」と明記のうえ、次の事項を記入ください。

- ① 氏名（ふりがな）
- ② 〒・住所
- ③ 電話番号
- ④ FAX番号（整理券返信のため、FAXでお申込みの方は必ず記入ください）
- ⑤ 年代
- ⑥ 一時保育希望の場合は、お子さんの名前（ふりがな）、年齢（○歳△ヶ月）

※整理券は、1月初旬から順次発送します。

※いただいた個人情報は、当センターの事業運営の目的以外には利用しません。

一時保育について（事前申込が必要です）

- 5か月～就学前のお子さんをお預かりします（300円・定員あり）
- 保育申込締切／1月15日（土）厳守

※開催日が富山県のロードマップの「ステージ3」に該当している場合は、一時保育を中止します。

☆新型コロナウイルス感染対策について、ご理解とご協力をお願いいたします

【参加される皆様へ】

- ・咳、発熱等、体調のすぐれない方は、参加をご遠慮ください。
- ・マスクの着用をお願いいたします。
- ・受付時に手のアルコール消毒、又は手洗いをお願いいたします。

【安心してご参加いただくために】

- ・セミナーの開催前後に、会場のドアノブ、机、椅子などの消毒を行います。
- ・セミナー中は定期的に部屋の換気を行います。
- ・会場では十分な間隔を保って参加者の席の配置を行います。

新型コロナウイルス感染症に伴う変更の可能性について

新型コロナウイルス感染拡大防止と参加者の安全確保のため、やむを得ず事業・講座を変更、あるいは中止する場合があります。あらかじめご了承ください。
なお、最新情報は、サンフォルテホームページ上でお知らせします。