

# 働く女性の ライフステージと健康

参加費無料

要予約

一時保育あり

「知っているだけで毎日が大きく違う」  
自分のことなのに、意外と知らないカラダのこと、自分と向き合う機会を作ってみては  
いかがでしょうか？  
いきいきと働き続けるために、ヘルスリテラシーを高めましょう。

いのうえ あけみ

講師：井上 明美 さん

(一般財団法人女性労働協会 女性就業支援専門員)



## 【講師プロフィール】

立教大学法学部卒業後、医薬品メーカーに一般職として入社。営業事務、物流、システム、売掛金管理、生産調整と幅広い業務を担当し、女性初めての課長・部長・支店長を務め、36年間勤務して退職。同社在職中に、仕事と在宅介護の両立を経験したことから、ヘルパー資格も取得した。

趣味は、海外旅行。「国内旅程管理主任者」資格も取得し、得意の弾丸ツアーで、ワーク・ライフ・バランスを実践。

現在は、厚生労働省委託「女性就業支援全国展開事業」において、全国の自治体、男女共同参画センター等で講座を実施。均等法制定以前からの就労経験を活かしながら、女性たちがいきいきと働けるようサポートに努めている。

- 日時 令和4年 **2月19日(土)** **14:00~16:00**
  - ・新型コロナウイルス感染対策をして実施します。
  - ・ご参加の際、マスクの着用、アルコール消毒等、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止への取組にご協力ください。
  - ・今後の状況によっては、オンライン（Zoom）での開催に切り替える場合があります。予めご了承ください。
- 会場 男女平等推進センター 210・211 研修室（えーるピア久留米 2階）
- 対象 働く女性、働こうと思っている女性など 30名程度（先着順）
- 内容
  - ・女性特有の症状や病気の基礎知識  
（月経の不調、PMS、更年期、女性特有のがん等）
  - ・健康に働き続けるために（セルフケア） など
- 申し込み 1月6日（木）9：30から受付開始  
男女平等推進センター窓口、電話、FAX、申込用フォーム
- その他 一時保育（6か月～就学前まで）、手話通訳、要約筆記も無料  
但し、開催日7日前までに要予約

申込用フォーム



&lt;お申込み・お問合せ&gt;

久留米市男女平等推進センター（〒830-0037 久留米市諏訪野町1830番地6 えーるピア久留米内）  
TEL 0942-30-7800 FAX 0942-30-7811 E-mail danjo-c@city.kurume.fukuoka.jp

\* 駐車場には限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。