

親子で学ぶ月経の話 ～からだの変化を知り、話せるってすてきなこと～

（参加無料 ・ 10組20人(先着)）

思春期を迎えたお子さんと、更年期に差しかかる保護者世代。どちらも「からだの変化」に戸惑い、周囲に相談しづらい悩みを抱えがちです。本講座では、月経をテーマに、思春期の子どもたちが直面する月経不順や月経痛、学校生活での困りごと、そして保護者自身のPMSや体調の変化など、親子でそれぞれの「からだ」と「こころ」に向き合う時間をつくります。
月経は“女性だけの問題”ではなく、自分の身体を大切に、他者の立場を尊重するための大切な学びです。この機会に、月経について正しく知り、世代を超えて話せる関係づくりの一步を踏み出してみませんか？講義後には、希望される方への個別相談の時間も設けています。月経に限らず、日頃のちょっとした不安や疑問も、どうぞお気軽にご相談ください。

日時

令和7年11月22日(土)
10:00～11:30

場所

ユーアイ帆っとセンター
(高砂市ユーアイ福祉交流センター)
2階交流スペース7
(高砂市高砂町松波町440-35)

講師

池田 智子 氏
・岡山大学 学術研究院保健学域
講師・助産師

対象

市内在住・在学の小中学生と
その保護者

【講師プロフィール】

女性のライフステージにおける健康課題を専門とし、特に月経痛や更年期の身体変化と健康支援に関する研究を行ってきました。母性看護学・ウィメンズヘルス看護学の分野で、思春期から妊娠・出産、子育て期に至るまで幅広いテーマに取り組み、国内外で研究成果を発信しています。

個別
相談

【先着・要予約・無料】
10分×3組様限定
11:30～12:00

一時
保育

2歳から就学前のこども
※無料・11/7(金)までに要予約



※ 悪天候その他やむを得ない事由により、中止または延期する場合があります。その際は市ホームページにてお知らせします。

申込
問合せ

高砂市男女共同参画センター 〒676-8501 高砂市荒井町千鳥1-1-1
TEL 079-443-9133 E-Mail: cocot@city.takasago.lg.jp