

健康・介護教室を
オンラインで受講！

女性のための
健康コース①

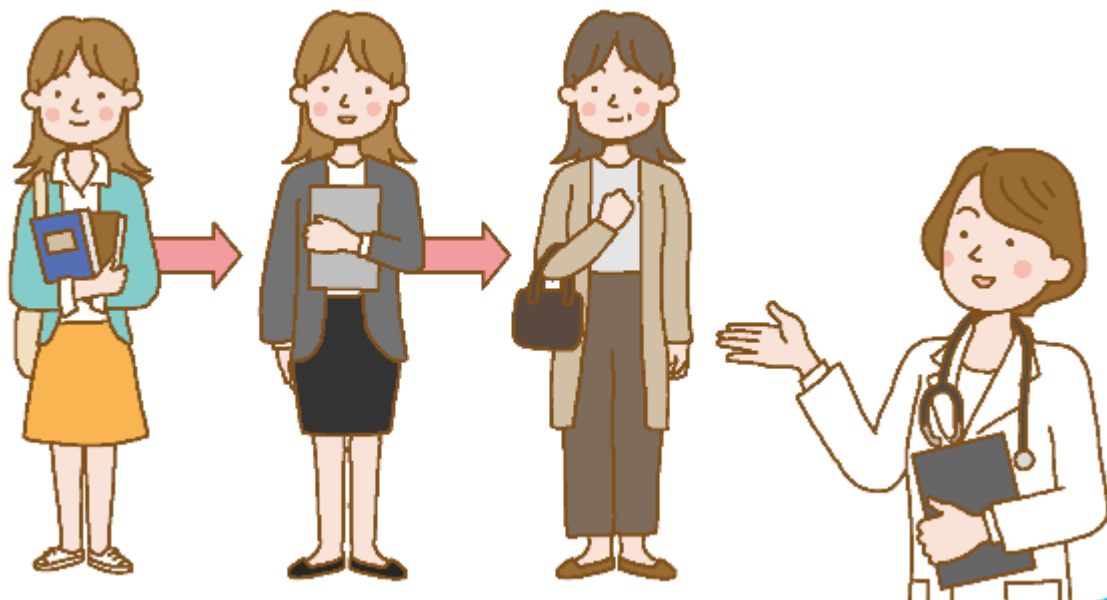
自宅で動画を見ながらしっかり学べる！
女性がいきいき暮らすための知識が満載

ヤングからミドル世代の女性に 向けた健康セミナー

年代別 女性のからだと健康！女性のための健康サポート

無 料

インターネットの
接続費用は
自己負担と
なります



講 座 の ポ イ ン ト

◆女医が教える「女性のライフサイクルとからだの変化」

女性の身体は年代ごとに様々な変化を経験します。20代～40代で気を付けたいことや、変化に大きな影響を与える女性ホルモンの知識をはじめ、ライフサイクルごとの身体の変化、ホルモンケア、さらには働く女性のメンタルヘルスまで、女性の身体の問題を女性医師が解説します。

実技演習として、乳がんの自己触診チェックの方法も実演します。

【講師プロフィール】星野 寛美 氏（関東労災病院 働く女性専門外来担当）

1961年、横浜生まれ。早稲田大学理工学部へ入学後、中絶問題等に関心を持ったことをきっかけに3年次中退。同時に横浜市立大学医学部へ入学。1988年、京都大学医学部婦人科学産科学教室に所属し、京都大学医学部附属病院、夏山病院、市立岸和田市民病院に勤務。1990年～1993年、国立病院医療センター（現、国立国際医療センター）に勤務。1993年より、関東労災病院産婦人科に勤務。2001年より、「働く女性専門外来」も担当もしている。診療のかたわら、1991年に協力者と共に「環（わ）の会」という社会福祉事業（2000年よりNPO法人）を創設し、予期しなかった妊娠、出産、子育てについての相談事業を行っている。

■「女性のための健康（ヤングからミドル世代の女性に向けた健康セミナー）」コース

オンライン型 カリキュラム

| 項目 | 内容 |
|--------------------------------------|--|
| 女性ホルモン（エストロゲン）の変化と働き | <ul style="list-style-type: none"> ・年齢による女性ホルモンの変化 ・女性ホルモンの変化に伴う5つのステージ ・女性ホルモン（“女性の守護神”）の働き |
| 成熟期によくみられる婦人科の病気 | <ul style="list-style-type: none"> ・子宮筋腫 ・子宮内膜症 子宮腺筋症 ・子宮癌 ・頸癌 体癌 ・卵巣腫瘍 良性 低悪性 悪性（卵巣癌） ・その他：子宮頸管ポリープ |
| 働く女性のメンタルヘルス ～働く女性専門外来の診療室からのご提言～ | <ul style="list-style-type: none"> ・女性外来とは？ ・女性外来を受診した方の内訳・ケース紹介 ・女性特有の疾患の特徴 ・働く場面での影響の例 ・女性の健康応援サイト活用のご提案 |
| 各年代で気をつけること | <ul style="list-style-type: none"> ・20代～40代で気をつけたいこと |

講座をお申込み後に、視聴用アドレス・ID・パスワード・教材を送付いたします。
 視聴期間は、視聴開始ボタンを押してから2週間になります。期間を過ぎると視聴できなくなりますので、ご注意ください。
 1名のIDで、同居のご家族みなさままでご視聴いただくのは構いませんが、それ以外の方へのID・パスワードの流用はされないよう、お願いいたします。

データが大容量となりますので、従量制のデータ通信プランでご覧いただきますと、高額の通信料がかかることがあります。視聴の際は、容量無制限の高速インターネット環境等でご覧ください。