

「働く女性と更年期②・40歳からの健康課題、元気に働き続けるために」

企業が健康経営を進める上で、「女性特有の健康問題対策」に急激に関心が集まっています。女性が健康でいきいきと働き続けるためにはどうしたらよいか、講演①では更年期世代の働き方を体験を交えて越川先生にお話しいただきます。講演②では産婦人科専門医であり、婦人科スポーツドクター、そして、ヨガの指導者などマルチに活躍されている高尾先生に更年期のQOLを上げる骨盤底筋についてご講演と実技をしていただきます。

講師

講演① 40代からの<カラダ&キャリア>デザイン ～働き続けるための意思決定の作法～

合同会社ウェルネス&キャリア通信社代表

越川 典子先生



講演② 元気に働き続けるために知っておきたい「骨盤底筋」のこと ～女子に大切な「骨盤底筋」の基礎知識～

イーク表参道副院長

産婦人科医

高尾 美穂先生



開催日

2021年1月13日（水）14:00～16:15

Zoom Live配信

参加費

無料

定員

150名様 申込締め切り：2021年1月12日（火）12時まで

※お申込みいただいた方へ、1月12日（火）Zoom Live配信 URLをメールにてご案内いたします。

お問い合わせ

女性の健康支援チームセミナー担当

e-mail wcc-joshibu@wellcoms.jp

TEL 03-5544-9882



ウェルネス・コミュニケーションズ株式会社

スマホからの
申込みはコチラ

