

学校では、教えてくれない保健体育

第一弾

今回のテーマは

「生理について」

対象：小学4年生～、中学生、高校生、そのお母さま
それ以外にご家族の方の参加也大歓迎

生理痛や生理の不快感、気分の落ち込みや、イライラ
正しい知識と対処法やケアするモノと事を知ることで
ホルモンバランスに振り回されない
上手に過ごすことができるようになります

生理痛がひどくて学校にいけないことを悩んでいませんか？
子どもに生理をなんて教えたらいいか、考えてるお母さん
女性の身体の仕組みを知ることで、

自分に合った正しいケアの仕方を学びます。
生理が嫌な憂鬱なことから、楽しみに変わり、
不調に振り回されない自分になれます。



講師：稲木俊子

全国で活躍中の
日本メディカルフェムケアカウンセラー
ホルモン免疫栄養学カウンセラー。
別名：フェムテックの女神
取得ディプロマは、20種類以上美容業を20年通し
健康の上にある美を通し
全ての女性を幸せにする活動をしています。

お申込みQR

日時 8月24日14:30～16:30

開催場所 甲府市青沼3-5-44

リッチダイヤモンド総合市民会館
大会議室

参加費 1,500円



公式ライン

