

2026

日時

3月5日(木)

10:00~11:30

講師

おさだ かよ
長田 佳世 先生

つくばセントラル病院
産婦人科 部長



年代に応じて大きく変化する女性の心身の状況や健康。一体どうなっているの…？ライフステージを通して、女性の健康を考えながら、元気で楽しく過ごすためのヒントを学んでみませんか。

会場

ひたちなか市子育て支援・多世代交流施設
「ふぁみりこらぼ」303研修室(石川町11-1)
※石川運動ひろば駐車場をご利用ください
(裏面参照)

定員

20名・市内在住、市内通勤の方優先

託児

5名まで(無料)生後6か月以上の未就学児
申込時に要予約

申込

2/6(金)~2/20(金)の間に
電子申請または下記電話にて
お申し込みください。
応募多数の場合は抽選となり、
結果は2/24(火)以降にメール
か郵送でお知らせします。

お問い合わせ
お申込み

ひたちなか市男女共同参画センター
(ひたちなか市女性生活課内)

029-273-2935

女性のライフステージと
心と身体のメンテナンス

産婦人科のドクターに聞く

変化する女性の身体と向き合って自分らしく



電子申請はこちら↑