

参加
無料

10代・20代女子のための

ちょっと生きやすくなるカフェ

わたしのからだのトリセツ

2025.9.20(土)

13:30~15:30



■ 申込・問合せ エル・ソーラ仙台 管理事業課 TEL : 022-268-8044

■ 主催 (公財)せんだい男女共同参画財団

婦人科のハードルが高い

友だちや家族とは
話しづらい

快適で元気に過ごせる日
を増やしたい

いつものことだから…と我慢しがちな生理やPMSの不調。正しい知識を得て、心地よく過ごすための自分のトリセツを作りましょう。参加者同士のおしゃべりの時間もあります。

- 会場 エル・ソーラ仙台 大研修室
(仙台駅前・アエル28階)
- 講師 阿部美喜さん
(NPO法人キミノトナリ 理事、
助産師、不妊症看護認定看護師)
- 対象 16歳から29歳の女性・20名
(お子さんのいない方)

受付開始 8/6

詳細・申込は
こちらから

