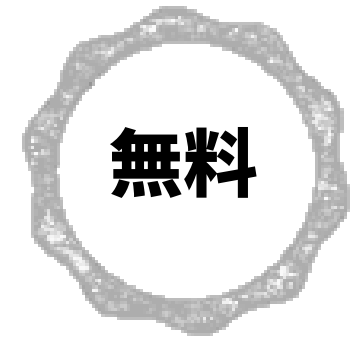
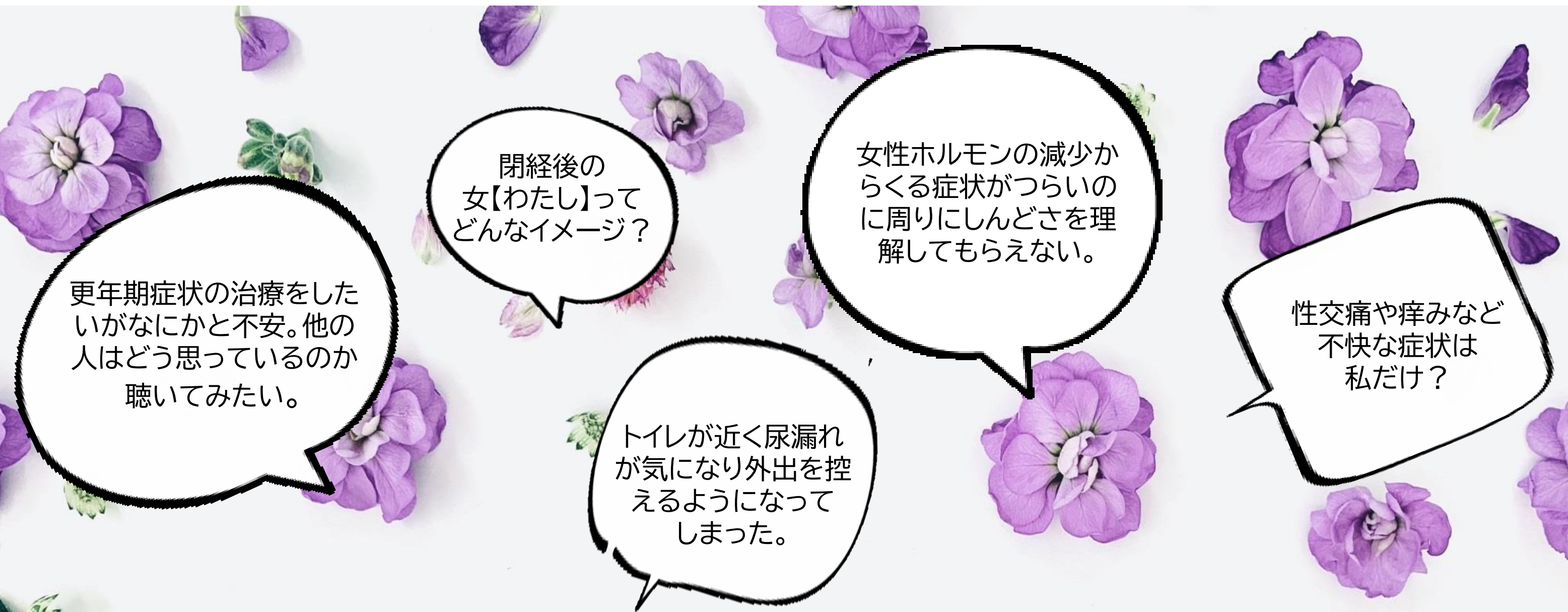


10月18日の「世界メノポーズデー」あわせて「メノポーズ（女性の更年期）」をテーマにグループ相談会を実施します。



# 『メノポーズ（更年期・閉経）に自分らしく向きあいたい女性のグループ相談会』

人生100年時代のなか、閉経の前後数年はそれまでの女性ホルモンに守られていた頃とは違う身体の変化や症状、精神的不調に見舞われることが少なくありません。この先の健康的なシニアライフのためにもメノポーズ時間を自分らしく過ごせるよう同じ立場の女性同士で語り合ってみませんか。



- ・対象：当テーマに悩む女性
- ・定員：5人
- ・場所：すてっぷ
- ・受付：2021年9月2日（木）  
9:10～申込開始  
電話・来館で受付（先着順）
- ・相談員：利光恵子  
（「からだと心と性の相談」担当）
- ・一時保育：  
子ども一人につき550円（税込）  
（要申込）1歳～小学3年生まで  
保育申込締め切り：10月9日（土）

**実施日：2021年10月16日（土）**  
**13:30～15:30**

**予約・問い合わせ：すてっぷ相談室**  
**06-6844-9739**

月・火・木・金曜日 9:00～20:00  
（12:00～13:00 17:00～18:00を除く）  
土曜日 9:00～17:00（12:00～13:00を除く）

〒560-0026 豊中市玉井町1-1-1-501  
問合せ：とよなか男女共同参画推進センター すてっぷ（相談室）  
TEL：06-6844-9739 <http://www.toyonaka-step.jp/>  
（指定管理者：一般財団法人とよなか男女共同参画推進財団）



【新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当日はマスクの着用、手指の消毒、検温にご協力をお願いします。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、延期または中止となる場合があります。】