

すてっぷの

# 女性の からだと心と性の相談



無料

からだの専門家がすてっぷ相談室にいます。  
話したいこと、聞いてみたいことを気軽に月ごとのテーマ相談でお話ください。  
(テーマ以外の相談も可)

## 10月「更年期」

- ・これから更年期を迎える不安…
- ・すでに迎えた心身の不調が気になる…
- ・そんなあなたの「からだ・心・性の不安」をご相談ください。

## 11月「妊娠・出産の不安」

- ・子どもを持つ/持たない選択に悩む…
- ・私と赤ちゃんの不安を聞いて… (出生前診断など)
- ・子どもを産むのって大変そう…
- ・子どもを産んでしんどい私… (産後の体調不安など)

## 2023年

### 1月「デリケートなところの悩み」

- ・膀胱炎や感染症はなぜ起こるのだろう…
- ・尿漏れがだんだん深刻になってきて困る… (尿漏れ体操など一緒にできます)

### 2月「生理をめぐるあれやこれや」

- ・生理中や前後がしんどい…
- ・今更聞けない生理のしくみ…
- なぜ私のからだに生理が大切なのかな…

←中学生もOK  
親子で相談もOK

※からだの専門家による「面接」または「電話」での相談です(要予約)

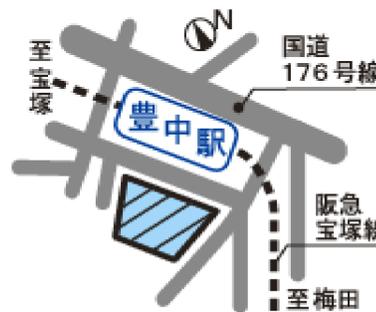
予約・問い合わせは、とよなか男女共同参画推進センターすてっぷ 相談室まで

# 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)

- ・相談日 毎月第3土曜日※祝日・年末年始を除く ① 10:00~
- ・場所 エトシ豊中5階 すてっぷ相談室 ② 11:00~ (各50分)

〒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  
(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)  
<https://www.toyonaka-step.jp/>



・新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、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症拡大防止のため、中止になる場合があります。