

グループ相談会

生理の悩みを話そう

PMS・生理にお悩みのあなたへ

生理前になると、なんだか心もからだも重い…イライラするし、涙も出ちゃうし。

「私っておかしい？」って思ったこと、ありませんか。

実はそれ、PMS（生理前症候群）かもしれません。

同じような気持ちの人と話してみると、「わかる！」がいっぱいみつかるはず。

気軽におしゃべりしにきませんか。

2025年 **12月20日** (土)
13:30～15:30

※個人ワーク・グループワーク（シェアタイム）を含みます

会場 すてっぷ セミナー室2

定員 10人（先着順）

対象 生理前の不安を抱える女性

申込 11月4日（火）10:00～
HP内Webフォーム・電話・受付窓口にて

※定員に達し次第受付終了

※一時保育をご希望の方は開催日の1週間前までにご連絡ください（有料）

お申込み・お問合せはすてっぷ相談室へ

06-6844-9739

月～金 9:00～20:00 土 9:00～17:00（水・日・祝日除く）

主催：とよなか男女共同参画推進センターすてっぷ
（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）
〒560-0026 豊中市玉井町1-1-1-501 エトレ豊中5階
<https://toyonaka-step.jp>

HPはこちら

