

女性の健康週間2025 in 佐久

# 女性の健康と働き方

～誰もが健やかな社会の実現へ～



3月3日ひな祭りを中心に、3月1日～3月8日国際女性の日までの8日間は「女性の健康週間」です。

女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を過ごすためには？

PMSってなに？ 更年期にどう向き合えばいいの？

産婦人科の医師が皆様に分かりやすく説明するセミナーです。

**参加無料**

先着120名

さらに 来場者プレゼントあり

当日会場にお越しいただいた方のなかから抽選で10名様にソイチェックプレゼント

ソイチェックとは

大豆イソフラボンが腸内細菌のチカラでつくられるスーパーイソフラボン「エクオール」は、女性ホルモンと似た働きをする話題の成分です。エクオールをつくれる人は、日本人女性の50%程といわれており、その能力を尿で簡単に測定するのがソイチェックです。ご自身で採尿し検査機関に郵送すると、結果が分かるセルフ検査キットです。

日時

2025年 3月1日(土)  
13:00～15:00 (開場12:00)

会場

佐久市佐久平交流センター  
2F 第5会議室  
〒385-0029 長野県佐久市佐久平駅南4-1

プログラム

13:00～13:45

講演①

月経と上手く付き合い、  
イキイキ暮らそう！イキイキ働こう！  
～日常生活から妊婦生活まで～

佐久総合病院 佐久医療センター  
産婦人科

山本 桜先生



13:45～13:55

ミニセミナー

女性の健康をサポートする「エクオール」とソイチェック

(株)ヘルスケアシステムズ

13:55～14:15 - 休憩 -

14:15～15:00

講演②

晴れやかな日々へ、  
あとワクチンの話もね

佐久総合病院 佐久医療センター  
産婦人科

小口 治先生



申込み方法 参加を希望される方は、右記の二次元コードか、下記URLより応募フォームにアクセスいただき、メールアドレス、氏名、ふりがな、性別、年代、電話番号、個人情報の取扱いの同意をご入力の上お申込みください。



応募専用URL

<https://nccx.otsuka/sem/swo003753>

※お申込後に事務局から確認のメール(@otsuka.jp)で返信をいたします。返信が無い場合は、応募が完了していない可能性がありますので、必ず事務局の方へお問い合わせください。

受講証

会場参加の方には、事務局よりメール (@otsuka.jp) にて受講証を送信いたします

応募締切

2025年2月27日(木)

お問合せ

大塚製薬株式会社「女性の健康セミナー」事務局  
TEL: 0120-068-552 (通話無料/10～18時受付、無休)  
URL: <https://opnc.info/women>



- 佐久平交流センター利用者の専用駐車場です。
- 大型バスも駐車可能です。
- 開館時間外は閉鎖します。

第2駐車場から佐久市佐久平交流センター(およそ2分)にお越しの際は、「歩行者専用通路」をご利用ください。