

更年期を知る



講師

昭和大学 客員教授
産婦人科医

相良 洋子 先生

産婦人科と精神科で研修を受け、産婦人科心身症（月経随伴症状、更年期障害など）を専門とする。産婦人科領域の疾患は、女性の社会的なあり方と深く関わっているため、疾患の治療だけでなく心理的支援も重要と考えている。

日本産科婦人科学会専門医、日本女性医学学会認定女性ヘルスケア専門医、日本女性心身医学会認定医

更年期には「更年期障害」と呼ばれる心身の不調がみられることがあり、多くの方はこれを心配していますが、更年期障害は一時的なもの、それに最近はホルモン補充療法などで対応できるようになってきました。それより重要なのは、「更年期が女性の人生の大きな過渡期」だということです。「更年期まで」と「更年期から」は人生のベクトルが大きく変わっていきます。このシリーズでは更年期におこる変化をこころと身体の両面から解説しました。更年期からの人生を自分らしく生きていくための一助にいただければ嬉しいと思います。

配信方法

赤穂市ホームページのリンク又はQRコードよりアクセスしてください。
http://www.city.ako.lg.jp/kenkou/hoken/meijiyasuda_semina.html

配信日時

令和8年6月1日（月）9時 ~

令和8年6月30日（火）17時



備考

- ・本講演の録画・録音・撮影、および資料の二次利用、詳細内容のSNSへの投稿は固くお断りいたします。これらの行為が発覚次第、著作権・肖像権侵害として対処させていただきます。
- ・動画視聴に必要な通信料は、視聴される方のご負担となります。

主催：赤穂市

共催：（公財）明治安田こころの健康財団

※赤穂市は明治安田生命保険相互会社と健康づくりにおける連携・協力に関する協定を結んでいます。

お問い合わせ

赤穂市保健センター

〒678-0176 赤穂市南野中321番地

TEL:0791-46-8701

FAX:0791-46-8705