

「わたし」を 幸せに 生きる

～女性の健康と人権の視点から～

講演

高尾 美穂さん

産婦人科医・医学博士・産業医。

女性のための統合ヘルスクリニック「イーグ表参道」副院長。
働く女性の産業医として内閣府男女共同参画局・人事局な
どで職員研修を担当。

長年ヨガを愛好し、多くのヨガインストラクターを指導。
YouTube「高尾美穂からのリアルボイス」では、女性のお悩
みに答え、楽に生きられる考え方を配信している。

入場
無料

11月15日(土)

【開場】12:45～ 【講演】13:30～15:00

場所：佐久平交流センター ホール

(〒385-0029 佐久市佐久平駅南4-1)

●定員 400名(事前申込制)

※手話通訳・要約筆記あり ※託児あり(未就学児 定員5名)

●申込期間・方法(1度の申込みで最大3名まで)

【一次申込期間】

10月1日(水)8:30～10月15日(水)17:15

対象者：佐久市民

申込方法：佐久市公式 LINE(イベント予約)より

注意

応募者数が定員を超えた場合は抽選を実施します。
抽選の有無にかかわらず、申込された方全員
に10月下旬までに結果をご連絡します。



佐久市公式 LINE

【二次申込期間】

10月16日(木)8:30～11月7日(金)17:15

対象者：どなたでもお申し込みいただけます

申込方法：佐久市公式 LINE(イベント予約)より

注意

先着順での受付となります。一次申込で定員に達した
場合は、二次申込は実施しません。あらかじめご了承
ください。

イベント同日開催

(10:00～15:00)

ホワイエ・第5会議室ほか

- 男女共生ネットワークの取組・活動紹介
- 佐久の先人 もろさわようこ氏 著書展示等
- 犯罪被害者支援ホンデリング・展示
- 佐久平女性大学事業紹介
- その他人権に関する啓発活動紹介

●フェムウィーク(女性の健康を考える週間)
(健康づくり推進課)

- 健康チェック
- ヨガ(事前予約制)
- パネル展示など

ぜひ
家族みんなで
参加してね



佐久市公式 HP

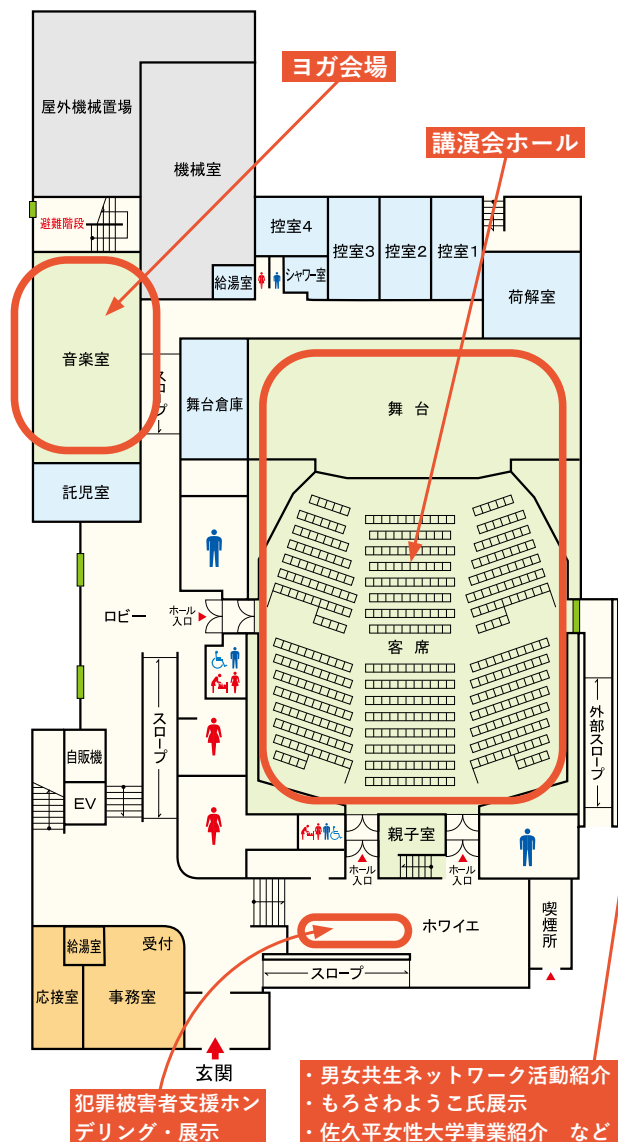
カードラリー

会場を回って
オリジナルカードを集めよう!

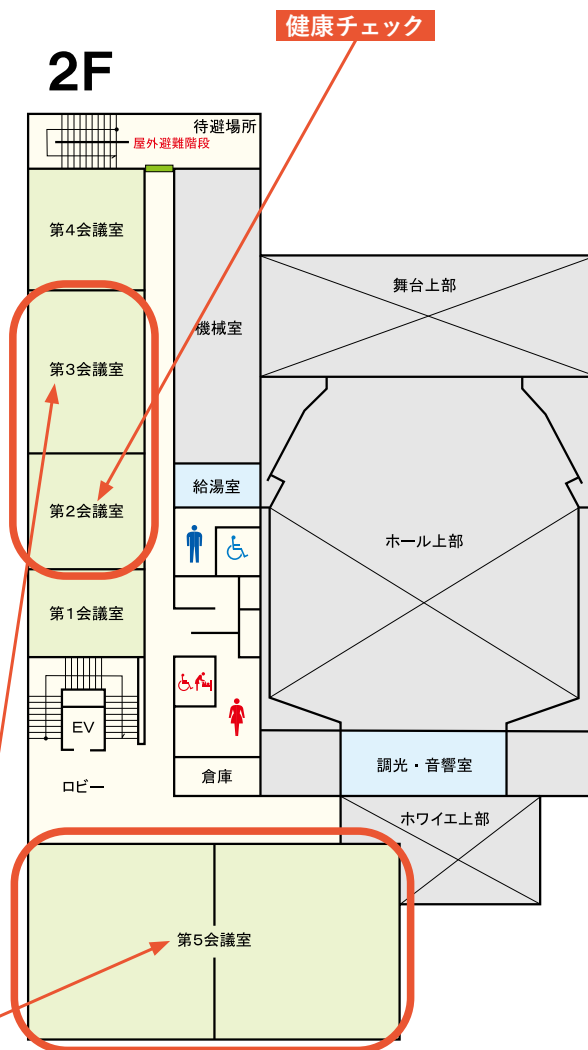
※詳細はHPをご覧
ください。なお、
内容を変更する
場合があります。

1F

展示・イベント実施会場



2F



会場アクセス

