



天神ウイメンズカフェ

TENJIN WOMEN'S CAFE

テーマ

女性のココロとカラダ

～ Clinic Message ～

女性ホルモンは、女性のココロの健康に大きな関係がある事をご存知ですか？

今回は、女性ホルモンの専門家である当院院長より、女性ホルモンと女性のココロとカラダについてのお話、続いてマインドフルネスの専門家より、今話題のマインドフルネスのお話をテーマに開催いたします。皆さまのご参加をお待ちいたしております。



第1部 女性ホルモンのゆらぎとPMS

講師 野崎 雅裕 (野崎ウイメンズクリニック院長 / 医師)

女性医学の専門医として、九州大学病院や九州中央病院において、不妊治療、思春期から更年期のホルモン療法や漢方療法、月経痛や女性のこころとからだの悩みに関する医療に長年従事。

 NOZAKI women's clinic
野崎ウイメンズクリニック

810-0001 福岡県福岡市中央区天神 1-9-17 福岡天神フコク生命ビル 6F
T : 092-733-0002 M : info@nozakiwomens.com website : <http://www.nozakiwomens.com>



第2部 ココロもカラダも美しくなるマインドフルネス

講師 陣内 ちはる 先生 (自分磨きスクール咲花代表 / マナー・コミュニケーション講師)

個人のウェルビーイング、組織のコミュニティビルディングを目指し、マナー・コミュニケーション講師として活動。病院や企業、学校などで、マインドフルネスをベースとした、マナー、スマイルアップ、アンガーマネジメントなどの研修を行なっている。その他「マインドフルネス朝活」「マインドフルネスリトリート@太宰府」などを開催。

 Sakika

T : 090-5545-4525 M : sakika.school@gmail.com
Blog : <https://ameblo.jp/sakika-school> website : <http://sakika.jp>

12月
1日
土曜日

時間	14:00～16:00 (質疑応答を含む)
会場	野崎ウイメンズクリニック (福岡市中央区天神 1-9-17 福岡天神フコク生命ビル 6F)
会費	2,000 円 (ささやかなお土産も付きます)
対象	どなたでもご参加いただけます
定員	15 名 (先着順)
備考	(※) 当日は、簡単なマインドフルネスの体験がございます