

# 女性の健康出前講座 at 鹿児島

(保健医療者のための技術移転講座)

～鹿児島の介護・医療を支える人の健康のために～

女性の健康支援プロジェクトNPO法人HAPは、女性のライフステージに応じた健康管理と疾病管理(以下「ウィメンズヘルスケア」という)の改善とその向上を図るための情報を伝え、社会にウィメンズヘルスケアのあり方を提言し、その活動により女性のQOL向上に貢献することを目的とするNPO法人です。

このたび、女性の健康出前講座の一環として“更年期講座”を開催いたします。

百聞は一見にしかず、興味関心のある皆様の参加をお待ちしています。



18時30分より21時

## 記

**日 時：平成25年11月16日(土) 18:30～21:00**

18:30～18:45 【プロローグ】 全国における女性の健康出前講座の実施状況・反響  
NPO法人HAPよりインフォメーション

18:45～20:00 【講演1】 妊娠と薬情報センターの業務・活用方法  
基礎知識から活用方法、実践事例など(仮題)  
(鹿児島市立病院 薬剤科 井川潤子先生)

20:10～20:50 【講演2】 日本骨粗鬆症学会骨粗鬆症マネージャー育成(認定制度)  
について。骨粗鬆症マネージャー研修内容レビュー  
(NPO法人HAP 理事長 宮原富士子(薬剤師))

**場 所：かごしま県民交流センター 東館3階 中研修室第2**

住所：鹿児島市山下町14-50 TEL:099-221-6600 FAX:099-221-6640

**対 象：保健医療者、女性の健康支援について学びたい女性**

**会 費：無 料**

主に40代以降の女性の健康相談や健康づくり教室の開催をすることで、なかなか医療者に相談できなかった健康の悩みや介護の悩み、夫婦間の健康の悩みなどについて、お話をお聴きしアドバイスを行うことで健康寿命の延長、QOLの高い毎日の生活や仕事生活をめざすことを目的にした講座です。

- ①更年期に関する基本知識 ②わが国における女性医療の流れ、学会の動向、行政の動向などについての最新の情報
- ③女性の健康相談でよく受ける質問などの情報
- ④更年期医療情報：更年期障害・更年期症状とその対応、HRT等の薬物療法、骨粗鬆症基本情報、排尿障害に関する基本情報(OAB 尿失禁)、女性心身に関する基本情報 その他
- ⑤セルフモニタリング、セルフケア月経・閉経など基本用語の知識、自己乳房チェック、骨盤底筋体操、排尿日誌、睡眠記録
- ⑥食習慣アセスメントとアドバイス(BDHQを例で具体的に学ぶ)、健康食品・サプリメント、栄養表示
- ⑦口コモチェック、ロコトレ(足腰25アセスメント) ⑧特定保健指導、乳がん検診、子宮がん検診他
- ⑨介護に関わる社会資源の活用方法、がん哲学外来、生き方ノート ⑩個別に相談のある方への対応



**主催：特定非営利活動法人 Healthy Aging Projects for Women (NPO 法人 HAP)**

事務局 〒111-0032 東京都台東区浅草3-4-1 K-BLDG 担当(宮原)

【FAX】03-3876-9084 【当日携帯】090-3381-3823

【メールアドレス】asakusao@hap-fw.org 【ホームページアドレス】http://www.hap-fw.org

FAX 送信先  
03-3876-9084

## 参加申込書

“Meet The HAP 鹿児島”  
 特定非営利活動法人 Healthy Aging Projects for Women (HAP)  
**女性の健康出前講座 at 鹿児島**

【日時】平成25年11月16日(土) 18時30分～21時00分

平成25年11月16日(土)

名 前		
御 所 属		
該当に○	薬剤師 助産師 保健師 看護師 栄養士 医師 学生 一般女性 メディア その他( )	
住 所	〒	
	TEL :	FAX :
	メールアドレス :	
参加人数	人(複数の場合で氏名連記をお願いします)	

この情報は、HAP ご案内以外に使用しません。

かごしま県民交流センター

鹿児島市山下町 14-50

TEL : 099-221-6600 FAX : 099-221-6640

アクセス

- ・市電「水族館口電停」下車 徒歩4分
- ・JR「鹿児島駅」下車 徒歩10分
- ・バス「水族館口」下車 徒歩5分

\*\*\*\*\*  
 女性の健康支援のNPO法人HAP (担当: 宮原富士子)

〒111-0032 東京都台東区浅草 3-4-1 <http://www.hap-fw.org> TEL:03-5824-0495 FAX:03-3876-9084

\*\*\*\*\*  
 【特定非営利活動法人 Healthy Aging Projects for Women】

この法人は、女性のライフステージに応じた健康管理と疾病管理（以下「ウィメンズヘルスケア」という）の改善と、その向上を図るための情報を、広く一般女性および医療ならびに関連領域に従事する者に伝え、社会にウィメンズヘルスケアのあり方を提言するなどの活動により女性のQOL向上に貢献するNPO法人です。