

知
っ
て
ほ
し
い



Miho
Takao

す
べ
て
の
人
に

講師

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「イク表参道」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。

女性の 健康支援

～働く女性の本音が教えてくれたこと～

2025

6.21土

13:30～15:30

十日町市役所 サテライト開催！

会場 十日町情報館

参加費 無料

対象 テーマに関心のある方ならどなたでも

定員 申込先着順 会場参加：100名 オンライン参加：50名

手話・要約筆記あり／一時保育あり（※保育は要申込）

申込 事前申し込みが必要です。5月12日（月）9時より受付開始。お申し込みは裏面参照

●サテライト会場／各会場でも講演会をご覧いただけます。

長岡市/ミライエ長岡 4階 ミライエステップ	村上市/村上市生涯学習推進センター
三条市/中央公民館 2階 音楽視聴覚室	糸魚川市/糸魚川市役所 2階 会議室
新発田市/新発田市生涯学習センター 多目的ホール	妙高市/妙高市勤労者研修センター
小千谷市/小千谷市役所 1階 談話室	上越市/高田城址公園オーレンプラザ（研修室・会議室）
十日町市/十日町情報館	阿賀野市/水原保健センター 2階 研修室
見附市/ネーブルみつけ 研修室（2）	佐渡市/金井コミュニティセンター 2階 大会議室