



令和5年度岡山市男女共同参画社会推進センター「さんかく岡山」主催事業

3月8日国際女性デー関連**オンライン**セミナー

高尾美穂先生の

からだと心に やさしい 生き方講座

参加費
無料
要予約

2月24日(土)

13:00~14:30

これから
自分らしく生きていきたいと願う
皆さんへ

知っておくことで前向きに考えられるよ
うなからだと心の仕組みや対策方法につ
いて、私なりのメッセージをお届けできれ
ばと思います。

皆さんにとっての「転ばぬ先の杖」なら
ぬ「転ばぬ先の知恵」となればと願ってお
ります。

開催形態：オンライン会議システムZoom

個人でも、会場からでもZoomに参加できます。

会場参加の場合、スクリーンを通しての受講になります。

会場：岡山市男女共同参画社会推進センター
「さんかく岡山」

対象：岡山市内在住・在勤(在学)中のみなさん
テーマに関心のある方

定員：会場50名・オンライン50名(先着順)

受付開始：1月19日(金)9:30~

講師

産婦人科医・医学博士・産業医

高尾 美穂先生

問合せ：岡山市北区表町3丁目14番1-201

岡山市男女共同参画社会推進センター「さんかく岡山」

TEL:086-803-3355/FAX:086-803-3344/

E-mail :sankaku@city.okayama.lg.jp

参加費無料 要予約

講師：高尾美穂先生プロフィール

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」では毎日、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。

「高尾美穂先生のからだと心にやさしい生き方講座」

開催日時… 2月24日(土) 13:00～14:30

【お申込み先】 さんかく岡山 岡山市男女共同参画社会推進センター

お電話・FAX・メール・電子申込みで受け付けています。

- ★ TEL : 086-803-3355
- ★ FAX送信先 : 086-803-3344
- ★ E-mail : sankaku@city.okayama.lg.jp

ふりがな		電子申込はコチラ！
お名前		
参加方法	<input type="checkbox"/> ZOOMによるオンライン参加 <input type="checkbox"/> さんかく岡山 会場参加 <small>※ご希望の方法にチェックマーク☑をご記入ください。</small>	
お電話番号	() - - <small>※急なご連絡のみ使用します。</small>	
メールアドレス	@ <small>※Zoomによるオンライン参加を選択された方には、こちらのアドレスにZoom会議リンク先を送付させていただきます。</small>	

●「さんかく岡山」へのアクセス●

住所：岡山市北区表町三丁目14番1-201号

アークスクエア表町2階

- JR岡山駅から南東へ約 1.5 Km(徒歩約 20分)
- 路面電車
 <清輝橋線>新西大寺町筋下車 東へ徒歩約 1分
 <東山線>西大寺町下車 西へ徒歩約 3分
- 天満屋バスステーションから南へ約 500m (徒歩約 7分)
- 最寄りのバス停留所 新西大寺町筋バス停

*契約駐車場はありません。お車でお越しの方は、近隣の有料駐車場をご利用ください。

