

健康・介護教室を
オンデマンドで受講！

女性のための
健康コース②

自宅で動画を見ながらしっかり学べる！
女性がいきいき暮らすための知識が満載

40歳代半ばを迎えた女性に 向けた健康セミナー

年代別 女性のからだと健康！女性のための健康サポート

無 料

インターネットの
接続費用は
自己負担と
なります



講 座 の ポ イ ン ト

◆女医が教える「女性のライフサイクルとからだの変化」

女性の身体は年代ごとに様々な変化を経験します。40代からの各年代で気を付けたいことや、変化に大きな影響を与える女性ホルモンの知識をはじめ、ライフサイクルごとの身体の変化、ホルモンケア、さらには働く女性のメンタルヘルスまで、女性の身体の問題を女性医師が解説します。実技演習として、乳がんの自己触診チェックの方法も実演します。

【講師プロフィール】星野 寛美 氏（関東労災病院 働く女性専門外来担当）

1961年、横浜生まれ。早稲田大学理工学部へ入学後、中絶問題等に関心を持ったことをきっかけに3年次中退。同時に横浜市立大学医学部へ入学。1988年、京都大学医学部婦人科学産科学教室に所属し、京都大学医学部附属病院、夏山病院、市立岸和田市民病院に勤務。1990年～1993年、国立病院医療センター（現、国立国際医療センター）に勤務。1993年より、関東労災病院産婦人科に勤務。2001年より、「働く女性専門外来」も担当もしている。診療のかたわら、1991年に協力者と共に「環（わ）の会」という社会福祉事業（2000年よりNPO法人）を創設し、予期しなかった妊娠、出産、子育てについての相談事業を行っている。

ジェイティ健康保険組合

■「女性のための健康（40歳代半ばを迎えた女性に向けた健康セミナー）」コースオンデマンド型 カリキュラム

カリキュラム	項 目	内 容
	女性ホルモン（エストロゲン）の変化と働き	・年齢による女性ホルモンの変化 ・女性ホルモンの変化に伴う5つのステージ ・女性ホルモン（“女性の守護神”）の働き
	更年期症候群の症状・診断・治療 ～更年期を健やかに過ごすために～	・更年期障害の症状 ・更年期障害の治療 ・更年期に気を付けたい病気
	働く女性のメンタルヘルス ～働く女性専門外来の診療室からのご提言～	・女性外来とは？ ・女性外来を受診した方の内訳・ケース紹介 ・女性特有の疾患の特徴 ・働く場面での影響の例 ・女性の健康応援サイト活用のご提
	各年代で気をつけること ～女性がいきいきと過ごすために～	・40代からの各年代で気をつけたいこと

応募要項	【申込対象】	被保険者及び被扶養者
	【申込方法】	オンデマンド講座は、1名のお申し込みで同居されているご家族の皆様ご覧いただけます。 下記の参加申込書に必要事項を記入の上、FAXまたは郵送、メールで下記あて先までお申し込みください。お申し込み後、動画視聴に必要なアドレス・ID・パスワード等をお送りいたします。 ジェイティ健康保険組合 保健担当
	【申込・問合せ】	住所：〒105-6927 東京都港区虎ノ門4-1-1 神谷町トラストタワー26F TEL： 03-6636-2001 FAX： 03-3438-0412 E-mail: jtkenpo_hoken@jt.com

データが大容量となりますので、従量制のデータ通信プランでご覧いただきますと、高額な通信料がかかることがあります。視聴の際は、容量無制限の高速インターネット環境でご利用ください。

<切り取り線>

オンデマンド型 健康教室 申込書：「女性のための健康(40歳代半ばを迎えた女性に向けた健康セミナー)」コース

被保険者氏名				性 別	男 ・ 女
保険証記号		被保険者番号		会社・事業所名	
(フリガナ) 参加者氏名				性 別	男 ・ 女
				被保険者との続柄	
参加者住所	〒 - 電話 ()				
Eメール アドレス					

【個人情報の取り扱い】

参加申込書に記載された個人情報は、講座の教材と視聴のためのID/パスワードを発送するため、健康・介護教室の運営団体である（公財）総合健康推進財団に提供します。