

女性ホルモンです

女性ホルモンとうまくつきあって美UP！



第1部 「女性ホルモンを理解する」

講師：田村産婦人科助産師 田村恵子さん

第2部 「アロマを上手に取り入れて自律神経をサポート」

講師：ちいさな種代表 鈴木千里さん

第3部 「ホルモンバランスを整える美アップランチ」

北ホテル料理長特選。この日のための特別メニュー



初潮から成熟期を経て更年期、閉経後まで。女の一生はある意味では女性ホルモンに翻弄されていきます。体調不良でさまざまな科を受診する前に知っておきたい女性のカラダとしくみ。年代に関係なく知っておきたい「女性ホルモン」のお話です。

- ◆ 日時：2011年12月11日（日）午前10：30～13：00
- ◆ 場所：盛岡市内丸 北ホテル（盛岡市内丸17-45 電話：019-625-2711）
- ◆ 参加費：のびあ会員2,500円、非会員の方3,000円
のびあの会員登録はHP「女子100人委員会」から。なお当日、会場での会員登録もできますが領収書を準備する都合上、できるだけ事前登録をお願いします。登録は無料です。
※今回は18才以上の女性限定となります。会場の都合で30名定員で締切ります。
なお、お子様の同行についてはご相談ください。

◆講師の先生：

田村恵子さん：助産師歴30年以上、とりあげた子供は3000人以上。

「体調不良でいろいろな科を受診する前に女性ホルモンについての正しい理解をしてほしい」

鈴木千里さん：婦人科治療の一環としてのアロマセラピーをサポート。被災地の心のケアにハンドマッサージを行う社会活動にも熱心に取り組んでいます。

- ◆ 申し込み方法：FAXまたはメールにて下記の内容を12/3までにお送りください。

㈱のびあ行き Fax：019-681-1195 メール：novia@jyosi100.com Tel：019-681-1919

参加者のお名前	
のびあ会員の有無	会員 非会員
当日連絡がつく携帯電話	
メールアドレス	