

女性のからだについて 知ってほしいこと

特別
講演会

～自分がどんな人生を送るか、
自分自身で決められる～

「私たちは自分の人生をどんな時間にしていくか、
本来は自分で決められるはず」という産婦人科医の高尾美穂さん。
知ってほしい女性の心の不調とホルモンの関係や
安定した心の持ち方など、私たちの人生をよりよいものに
変えていくヒントについてお話しいたします。

産婦人科医師・スポーツドクター・ヨガ講師

Miho TAKAO 高尾 美穂

医学博士・産婦人科専門医。日本スポーツ協会公認スポーツドクター。愛知県生まれ。東京慈恵会医科大学大学院終了後、同大学附属病院産婦人科助教、東京労災病院女性総合外来などを経て、2013年から「イーブルなごや」副院長を務める。婦人科外来に携わるほか、スポーツ庁国立スポーツ科学センター 女性アスリート育成・支援プロジェクトのメンバーとして、女性アスリートのサポートも行う。ヨガの指導者資格も持つ。女性の健康で幸せな人生と前向きな選択を後押しすることをライフワークとし、テレビや雑誌などさまざまなメディアで注目され、幅広い年代の女性たちから絶大な支持を集める。SNSでの発信も積極的に行うなか、音声配信プラットフォーム stand.fmの『高尾美穂からのリアルボイス』が390万再生を超える人気に。

令和4年6月4日(土) 14:00～15:30 開場 13:30

手話通訳・
要約筆記つき

会場 イーブルなごや 3階ホール (名古屋市中区大井町7-25)

親子ルームあり♪
(3室・要予約)

定員 160人、参加無料 (整理券のための事前申し込みが必要)、託児10人 (事前申し込み、実費40円)

申込方法

ア 往復はがき

往信表面：〒460-0015名古屋市中区大井町7-25 イーブルなごや行

往信裏面：①希望講座名(講座番号) ②〒住所 ③お名前(ふりがな) ④性別・年代 ⑤電話番号

⑥子どもの名前・生年月日※託児希望者のみ記入 ⑦必要なサポート※障がいのある方のみ記入

返信表面：あなたの住所・氏名 返信裏面：何も記入しない

イ イーブルなごや窓口 (返信用郵便はがき持参)

ウ インターネット (<https://e-able-nagoya.jp/lec/16719/>)

ア・イ・ウのいずれかでお申し込みください。5月17日(火) 必着。

※締切日に定員に満たない場合は追加申し込み有。

①電話 (052-331-5288) ②イーブルなごや窓口 ③インターネットにて申し込み。

※託児は開催日に満1歳から小学校入学前までの子どもが対象。1週間前(締切日は17:00)。

※都合により講座の中止及び日程・内容・講師等が変更になる場合があります。

※傷害保険等の設定をしておりません。必要な方は各自でご加入ください。

主催：名古屋市・名古屋市教育委員会

運営：イーブルなごや (名古屋市 男女平等参画推進センター・女性会館)

〒460-0015 名古屋市中区大井町7番25号

TEL(052)331-5288 FAX(052)322-9458 <http://e-able-nagoya.jp/>



地下鉄 名城線「東別院」下車1番出口から東へ徒歩3分
市バス 金山26系統 または 昭和巡回系統「大井町」バス停前

イーブルなごや 令和4年度 前期講座

4/19 (火) 申込締切の主催講座		
J-1	【名古屋市立大学連携】知って安心！女性のカラダ	5月17日～6月7日 (火・月) 10:30～12:00 (4回)
J-2	こころのメール ～障がいのある女性とともに～	5月25日～6月29日 (水) 10:00～12:00 第4回は10:30～12:00 (5回)
T-1	タイムマネジメントとワーク・ライフ・バランス ～笑顔の時間を増やすために～	5月25日～6月22日 (水) 14:00～16:00 (5回)
T-2	乳幼児期の子育てに大切なこと	5月31日～7月5日 (火) 10:00～12:00 (5回)
J-3	女性たちの『いま』～知ることによって変わるこれからの未来～	6月17日～7月15日 (金) 10:00～12:00 (5回)
J-4	ファッションとジェンダー	7月6日～7月27日 (水) 10:00～12:00 (4回)
T-3	女性起業家ビギナーズサロン<第9期>	7月9日～8月6日 (土) 13:30～16:00 (5回)
T-4	未知なるプログラミングに挑戦！	7月12日～7月26日 (火) 14:00～16:00 (3回)

7/12 (火) 申込締切の主催講座		
T-5	相手の心に届く伝え方の秘訣	8月3日～8月10日 (水・火) 13:00～16:00 第1回は14:00～16:00 (3回)
J-5	地域で輝く女性のチカラ！	8月30日～9月27日 (火) 10:00～12:00 (5回)
T-6	転勤族のパートナーをもつあなたへ～あなたの人生に活かすキャリアデザインのコツ～	8月31日～9月21日 (水) 14:00～16:00 (4回)
J-6	託児ボランティア養成講座 1	9月2日～9月30日 (金) 10:00～12:00 (4回)
T-7	父親になるってどうのこと？	9月3日～9月17日 (土) 10:00～12:00 (3回)
J-7	点訳ボランティア入門講座 1	9月5日～10月3日 (月) 10:00～12:00 (4回)
K-1	職場復帰準備セミナー1～安心して働くために～	9月16日 (金) 13:30～16:00 (1回)

特別講演会 5/17 (火) 申込み締切		
E-6	女性のからだについて知ってほしいこと～自分がどんな人生を送るか、自分自身で決められる～	6月4日 (土) 14:00～15:30 (1回)



●往復はがき（または封書）、窓口、インターネット（<http://e-able-nagoya.jp/>）いずれかでお申し込みください。

複数の講座に申し込みいただけますが、1講座につき1人1回のみ有効。

※封書での申込は、申込者の住所と名前を記入した返信用郵便はがきを1講座につき1枚、同封してください。

※窓口での申込は、申込者の住所と名前を記入した返信用郵便はがきを1講座につき1枚、持参してください。

※往復はがき（または封書）と窓口での申込は締切日必着、インターネットでの申込は、締切日の17:30まで受け付けます。

【往復はがき 往信面記載事項】 ①希望講座名（講座番号） ②〒住所 ③お名前（ふりがな） ④性別・年代 ⑤電話番号

⑥子どもの名前・生年月日（託児希望者のみ） ⑦必要なサポート（障がいのある方のみ）

※申込締切後、定員に満たない講座は、電話（052-331-5288）、窓口、インターネット（<http://e-able-nagoya.jp/>）で受け付けます。

公開講座（事前申込不要、当日先着順受付）		
E-1	命のうた～余命告知と難病を乗り越えて～	6月25日 (土) 10:30～12:00 (1回)
E-2	猫でみる嫁入本の展開	7月20日 (水) 14:00～15:30 (1回)
E-3	ボテロの描くふくよかな美～楽器、果物、そして女性像～	7月30日 (土) 10:30～12:00 (1回)
E-4	女性の視点で振り返る震災の現場～災害ボランティアの活動を通して～	8月27日 (土) 10:30～12:00 (1回)
E-5	メディアを通して考える身のまわりのジェンダー平等	9月5日 (月) 14:00～15:30 (1回)

●詳細は、「イーブルなごや 講座のご案内 令和4年度前期」またはホームページ（<http://e-able-nagoya.jp/>）をご覧ください。

※託児の申し込みは開催日1週間前（締切日は17:00）までです。

（キリトリ線）

公開講座 参加票

公開講座にご参加される方は、参加票をご記入の上、会場受付にご提出ください。

新型コロナウイルス感染の追跡調査にご協力をお願いします。

※新型コロナウイルス感染症の感染者が発生した場合に限りご連絡しますので、連絡のつく電話番号もしくはメールアドレスをご記入ください。

お名前	
ご連絡先	

イーブルなごや（名古屋市 男女平等参画推進センター・女性会館）

住所：〒460-0015 名古屋市中区大井町7番25号 電話番号：052-331-5288 FAX番号：052-322-9458

開館時間：9:00～21:00（日・祝休日は9:00～17:00）休館日：毎月第3木曜日、年末年始（12/29～1/3）

アクセス：【地下鉄名城線】「東別院」下車1番出口から東へ徒歩3分 【市バス】金山26系統または昭和巡回系統「大井町」バス停前