

女性のエンパワーメントセミナー ライフ編

あらためて知りたい 私のからだ・私の健康

忙しい日々の中で、自分のケアは後回しになっていませんか？
自分のからだの仕組みや健康について学び、
気になることへの対処法を知ること
健やかに毎日を過ごしましょう。

令和8年1月18日(日) 13:30～15:20

開催方法 ライブ配信 (Zoom ウェビナー)

対象 心身の不調への対処法を知って今後に備えたい女性など、
テーマに関心のある方

講師



産婦人科専門医・医学博士・Inaba Clinic 院長

いなば かなこ

稲葉 可奈子 さん

内容

1. 私たちを取りまく社会と健康
2. まず、私のからだの仕組みを知る
3. 女性にある健康課題とは
4. 不調への対処法、教えます

東京都より情報提供

参加費無料
(要事前申込)

手話通訳あり

申込方法

【要事前申込】



◁ お申込みはこちら

<https://forms.office.com/r/sM9K1ez0AG>

申込締切 令和8年1月13日(火)



女性のエンパワーメントセミナー **ライフ** 編

あらためて知りたい 私のからだ・私の健康

講師プロフィール



産婦人科専門医・医学博士・Inaba Clinic 院長

いなば かなこ
稲葉 可奈子 さん

京都大学医学部卒業、東京大学大学院にて医学博士号を取得、双子含む四児の母。
産婦人科診療の傍ら、子宮頸がん予防や性教育、女性のヘルスケアなど生きていく上で必要な知識や正確な医療情報を、メディア、企業研修、書籍、SNS などを通して発信している。婦人科受診のハードルを下げて小中学生からかかりつけにできる婦人科を作るため 2024 年 7 月渋谷に Inaba Clinic 開院。
著書『シン・働き方 女性活躍の処方箋』など

申込方法

【要事前申込】



◀ お申込みはこちら

申込締切 令和8年1月13日(火)

<https://forms.office.com/r/sM9K1ez0AG>

Zoom ウェビナー視聴方法

- ・パソコン、スマートフォン、タブレット等でご視聴いただけます。
スマートフォン、タブレットでご視聴の方は事前に Zoom アプリのダウンロード、インストールをお願いいたします。
- ・安定した接続環境でご視聴ください。
- ・お申込みの際に記載いただいたメールアドレスにウェビナー視聴 URL をお送りいたします。
当日はその URL をクリックしてご視聴ください。
メールが1月13日(火)までに届かない場合は下記お問合せ先までご連絡ください。
- ・視聴にかかる通信費は視聴する方の負担となります。
- ・ウェビナーの録画・録音・無断転載は禁止します。

【アンケートご協力のお願い】

視聴終了後は簡単なアンケート画面に自動で切り替わります。
ご回答をお願いします。

予告

令和7年度女性活躍推進事業

女性のエンパワーメントセミナー

ワーク 編

東京ウィメンズプラザ HP▶▶▶
詳しくはこちらをご覧ください。



働く女性のための**マネー & キャリア**講座
～マネーリテラシーを磨いて未来を描こう～

令和8年2月8日(日) 13:30～16:10

講師 Happy Career & FP Support Office 代表
和光大学特任准教授
合田 菜実子さん

開催方法 集合研修

会場 東京ウィメンズプラザ視聴覚室

申込締切 令和8年1月29日(木)

“わたし”を大切にする働き方
～ハラスメントから自分を守る～

令和8年3月1日(日) 13:30～16:10

講師 公認心理師・カウンセラー 高山 直子さん

開催方法 集合研修

会場 東京ウィメンズプラザ視聴覚室

申込締切 令和8年2月20日(金)

※本申込みに提供された個人情報は、当セミナーの運営目的にのみ使用し、他の目的で使用することはありません。

※災害などの不測の事態でセミナーが中止になった場合、メールまたは電話でお知らせするとともに当プラザ HP でも周知しますので、ご確認ください。

【問合せ先】「女性のエンパワーメントセミナー」事務局（株式会社アカンパニーテクノロジーズ）
TEL: 050-5810-4152 (平日 10:00～17:00)
E-mail: empowerment-women@e-webinar.net

リサイクル適性
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。