

女性ホルモンと こころのメンテナンス ーセルフケアから考えるー

日時 | 令和7年**12月10日**(水)
14:30~16:30 (開場 14:10)
※終了時刻は予定です

会場 | 中央区保健所 2階大会議室
中央区明石町12-1

定員 | 30名(先着順)
区内在住・在勤者

参加費
無料

更年期、PMSの
ホルモン変化と
こころの関係を学び、
健やかに過ごす方法を一緒に
考えてみませんか？



講師

Psychia (サイキア) / iこころクリニック日本橋

釈迦郡 詩織 先生

東京医科歯科大学医学部医学科卒業。都立広尾病院、東京足立病院、
東京医科歯科大学医学部附属病院、横浜市立みなと赤十字病院などでの勤務を経て、
東京科学大学(旧:東京医科歯科大学)精神行動医科学分野、公衆衛生学分野での研究、
オンラインカウンセリングサービスPsychia (サイキア)の運営の傍ら、
iこころクリニック日本橋(対面診療・オンライン診療)にて外来診療を行っている。



申込期間

電話または電子申請でお申し込みください。

11月4日(火)~12月5日(金)

☎ 03-3541-5930 (平日 8:30~17:15)

■ 中央区保健所健康推進課健康係

「女性の健康講座の申し込み」とお伝えください。



電子申請は
こちらから

中央区保健所案内図



所在地

〒104-0044 東京都中央区明石町1 2-1

健康推進課 (直) TEL 3541-5930

交通機関

地下鉄 日比谷線

「築地駅」
(3a出口)

下車 徒歩 7分

有樂町線

「新富町駅」
(6番出口)

下車 徒歩10分

都営大江戸線

「築地市場馬」
(A1出口)

下車 徒歩13分

都バス 東京駅八重洲口 → 深川車庫

「聖路加國際病院前」下車 徒歩2分