

女性ホルモンと月のリズム

講師：高橋ゆかり先生

ホルモンってなあに？
女性ホルモンってどんな働き？
妊娠の仕組み
卵子の老化
1ヶ月の女性の体のリズム
生理について
妊娠体質になるために

以上のような内容を、
身体の機能のお話や、食事の仕方などを含めてお伝えします。

10月19日（土）

14:00～16:00

受講料：1,500円（資料代・飲み物代込）

※当NPO会員は受講料1,200円

お申込み・お問い合わせ

NPOこころの休憩所

Sawa's Cafe Tel：022-797-5114

E-mail：sawas_cafe@love.plala.or.jp



OHANASHI-DOKORO

sawa's cafe