



地域女性活動促進 男女平等参画推進 明るい選挙推進

講演会

「安あがいに長生きするためには」

森田 孝子（もりた たかこ） 名古屋医療センター 乳腺科 医長
子宮がん・乳がん等、女性特有の病気に関する内容

「自宅で簡身体操」～健康でいるために～

柴田 雅美（しばた まさみ） 株式会社 MIYABI 代表取締役社長
（健康運動指導士）

女性の地域活動の参加に繋がっていく内容
椅子に座ったままで行なえる体操



測定
無料

講堂入口前でベジチェック（野菜摂取量計測）
骨密度も計測できます。

定員：当日先着160名程度

日時：令和6年11月11日（月）

14時00分～15時30分予定

（開場：13時15分）

場所：中川区役所講堂（高畑一丁目223番地）



中川区マスコット
「ナッピー」

明るい選挙マスコット
「クリタン」

※駐車場には限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

- ・地下鉄東山線「高畑」駅3番出口 徒歩3分
- ・市バス「地下鉄高畑」下車 徒歩3分

手話通訳あり

※ノートテイクが必要な方は事前にご連絡ください。（10月31日（木）メ）

共催：中川区地域女性活動促進事業実行委員会

中川区地域女性団体連絡協議会、中川区女性レクバレー連絡協議会、中川区更生保護女性会
中川区老人クラブ連合会女性リーダー代表者会、中川区小中学校PTA連絡協議会

明るい選挙名古屋市中川区推進協議会・中川区選挙管理委員会・中川区保健福祉センター

問合：中川区役所地域力推進課 TEL：363-4325 FAX：363-4316