



セルフケア方法や
周りのサポート方法
をご紹介します

知ってナットク！ 女性ホルモン



もりおかココカラダフェス2024

i n プラザおでって3階

今日からココロとカラダにいいことはじめましょう。

10/30 (水)

講演会

14:00～15:30

要申込

おでってホール

講師 岩手医科大学医学部婦人科学講座

助教 川村 花恵 先生

体験&展示ブース

当日参加
OK

10:00～15:00

プラザおでって3階フロア

※時間帯により内容は異なります

- ◎野菜摂取状況チェック
- ◎食生活改善推進員によるおふるまい
- ◎健康情報ブース など



【申込み方法】

盛岡市公式ホームページの申込みフォーム、または電話
盛岡市保健所健康増進課 ☎:019-603-8305

【主催】盛岡市保健所 健康増進課

【協力】盛岡市食生活改善推進員団体連絡協議会、もりおか女性センター、
盛岡市包括連携協定企業：大塚製薬株式会社・株式会社バイタルネット

詳しくは
こちらを
チェック！

