

参加費無料・オンライン開催

更年期の正しい理解と治療意義

～健康とキャリアを両立できる職場づくり～

「体調がつらいけれど、誰にもいえない」「仕事の質が落ちるのでは」と不安を抱えながら働く更年期世代の社員は少なくありません。

本講座では、医師から更年期症状やその背景にある体の変化について学び、その内容をもとに職場ができる適切な支援を考えます。

3 / 4 水
15:00 - 16:20

こんな経営課題はありませんか？

- ベテラン社員の休職・退職が増えた。
- 在職中の社員に長く活躍してほしい。
- 更年期については、話題にしづらい。

講座内容

- ・男性・女性それぞれの更年期症状
- ・女性ホルモンの変動による心身の不調と健康課題
- ・更年期症状による離職のリスクと雇用への影響
- ・企業に求められる支援体制
- ・講師とのQ&Aセッション



Q&A

質問を募集します！

皆様が日頃、職場で感じている

- ・更年期に関する疑問
 - ・職場での対応で困っていること
- など、申込フォームにてぜひお寄せください。講座内で取り上げ、皆様と一緒に深めていきます。

対象

川崎市内の企業・事業所の管理職、人事担当者
市内在住、在勤でテーマに関する就業者

講師

昭和医科大学医学部 医学教育学講座
准教授 有馬牧子さん

申込

右記の二次元コードを読み込み、フォームを入力してください。
受付期間：2/3(火) 10:00 ~ 3/2(月) 17:00

定員

先着
30名

会場

オンライン



講師紹介



昭和医科大学 医学部 医学教育学講座 准教授

博士（医学）、Master of Public Health（公衆衛生学修士）

日本女性医学学会評議員、公益社団法人女性の健康とメノポーズ協会理事

東京都出身。ボストン大学 大学院医学部公衆衛生学科卒業。東京科学大学 大学院博士課程修了。

ボストン市ブリガム＆ウィメンズホスピタルを経て帰国、国立保健医療科学院研究員。国内外の医療政策や、公衆衛生の研究に携わる。女性の健康課題と仕事の両立を主な研究テーマとしており、様々な世代の男女のキャリア支援や、多様な働き方を含めたダイバーシティの研究に携わっている。男女の健康課題と職場環境の改善、組織開発に関する講演多数。

講師

有馬 牧子さん

市内中小企業のみなさまを対象とした事業のご紹介

2026年度
開催予定

川崎市男女共同参画センターでは、性別にかかわらず社員一人ひとりが能力を発揮できる職場環境の整備、事業の活性化、多様な人材の活躍を後押しすることを目的とした以下事業をおこなっています。※いずれも川崎市の「かわさき☆えるぼし」認証評価項目に該当。

出前研修

無料

募集テーマに沿った職場研修
の講師を派遣します！

※ 新規事業所対象、先着4枠まで

女性リーダーのための マネジメント力強化研修

無料

全5回のリーダー養成講座
オンライン参加も可能です。

※合同研修、定員30名程度（予定）

※ 2026年度の募集内容は、詳細決定後、順次すくらむ21HPにてお知らせします。

申込先・お問い合わせ

川崎市男女共同参画センター
(愛称:すくらむ21)

〒213-0001 川崎市高津区溝口2-20-1

電話：044-813-0808

FAX：044-813-0864

URL：<https://www.scrum21.or.jp/>

※JR 南武線「武蔵溝ノ口」駅 徒歩10分
※東急田園都市線・大井町線「溝の口」駅 徒歩10分



【すくらむ21個人情報保護方針】

皆様からお預かりする個人情報に関して、お申し込みの講座運営及びそれに関わるご連絡以外の目的には使用しません。また、個人情報を無断で第三者に提供することはございません。