

東京YWCAシニアダイアル 公開研修 2022

# 心地よい毎日のために 私たちに出来ること

## 講師 高尾美穂さん

老いの中で体の変化に落ち込み、生き方を悩まれる方、  
こうあるべきなのにそうなれない、というような考え方で  
苦しい思いをされている方が多くおられます。

今回、高尾美穂さんをお招きし、  
そんな皆さんにメッセージを頂きます。

**この機会にぜひご参加ください。**

- 流れ
- 19:00 あいさつ
  - 19:10 高尾美穂さん講演
  - 20:10 質疑
  - 20:20 おわりに



日時◆ 2022年 11月 4日(金)  
19:00~20:30 (入室開始 18:40)

会場◆ オンライン (Zoom)

定員◆ 100人

参加費◆ 一般 1,500円/学生 1,000円

申込方法◆ ホームページの申込みフォームまたは  
Email、Peatix をご利用ください。

\*参加費の振込先や Zoom 情報は申込みをされた方へお知らせします。

★この研修は、東京 YWCA シニアダイアルの電話相談員募集のための企画です。  
興味のある方は、アンケートにその旨をご記入いただくか、お電話にてお問い合わせください。

●主催・申し込み●

### 講師プロフィール

女性のための統合ヘルスクリニック イーク表参道副院長。婦人科スポーツドクター。婦人科診察を通し、女性の健康をサポート。マタernal (周産期) ヨガ、骨盤底筋トレーニングヨガ、アスリートヨガ R をはじめ、ヨガセッションも積極的に行っている。また、プロアスリートのメディカル・メンタルサポート、女性アスリートに向けた、医学的知識の提供などにも積極的に参加。日本スポーツ協会においては、スポーツドクターの養成に携わっている

#### 資格

医学博士、日本産科婦人科学会専門医  
日本スポーツ協会公認スポーツドクター  
日本障がい者スポーツ協会公認障がい者スポーツ医  
日本医師会認定健康スポーツ医  
日本医師会認定産業医  
日本抗加齢医学会専門医  
日本女性医学学会認定女性ヘルスケア専門医  
社会医学系専門医  
日本産科婦人科学会 女性ヘルスケアアドバイザー

東京 YWCA 申込フォーム



peatix



公益財団法人東京YWCA シニアダイアル

〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台 1-8-11 TEL:03-6895-5440 FAX:03-3293-5570

Email: k-koretsune@tokyo.ywca.or.jp <https://www.tokyo.ywca.or.jp>

## ●東京 YWCA シニアダイヤル —シニアのための電話相談—

誰かと話したい時、寂しい時、悲しい時、困った時などに気軽にできる無料電話相談です。(通話料のみ有料)  
あなたの身近な話し相手として、お電話をお受けします。

相談電話番号 **03-3293-0351**

電話相談日 月曜～土曜 午後1時から4時

※新型コロナウイルス感染防止のため、2020年6月から4時まで短縮し活動を続けています。

お休み 日曜、祝日ほか

※詳しいお休みについてはホームページまたは留守番電話のメッセージをご確認ください。

## ●2022年度 東京 YWCA シニアダイヤル電話相談員募集!!

あなたの傾聴力を電話相談員活動に活かしてみませんか？

一緒に電話相談員をしてくださる方を募集します。

2022年度新人研修(全10回コース)を実施します。(実施期間:12月～3月を予定) 研修コース終了後、認定を受けた方は、東京YWCAシニアダイヤルの相談員として活動することができます。

研修内容・お申込み方法等の詳細は、決定次第、東京YWCAのホームページに掲載しています。

興味・関心のある方は、  
ぜひお問い合わせください。



YWCA (Young Women's Christian Association)は、キリスト教を基盤に、世界中の女性が言語や文化の壁を越えて力を合わせ、女性の社会参画を進め、人権や健康や環境が守られる平和な世界を実現する国際NGOです。