

自分自身と

自分の大切な人のこと

一緒に考えてみませんか？



90分 で知識が深まる 公開講座



講師
田中まゆ

一般社団法人ココツリー
代表理事
助産師、思春期保健相談士

こんなことが学べます

- ✓ 誰もが自分のからだのことや将来のことを決める権利をもっている“SRHR”とは？
- ✓ 「これって普通？」知っておきたい体の悩み（生理等）への対処法
- ✓ ずっと健康でいられるために、今のあなたにできること
- ✓ 「あなただけの人生プランをデザインしよう！」ライフプラン設計

チャットやスタンプで気軽に参加できるインタラクティブな講座です！

参加者の中から抽選で

ギフトカード
プレゼント

開催日

2026年2月11日（祝・水）
10:30 ▶ 12:00

参加費無料

申込不要

オンライン開催

※顔出し不要

※Google Meet予定・アーカイブ配信あり

詳しくはこちら

