

わたしが選ぶ わたしの未来

10代
20代の



保育有
(要申込)

参加費
無料

女性のためのセミナー&グループ相談会

2025 2.16 日

時間・13時～16時
(受付開始12:45)

会場・With You さいたま
(埼玉県男女共同参画推進センター)
4階セミナー室
〒330-0081 埼玉県さいたま市中央区新都心2-2

定員・20名



講師 高橋 幸子 さん

産婦人科医
埼玉医科大学病院
思春期外来担当(若年妊娠・性虐待)
一社)彩の国思春期研究会代表理事
性教育外部講師17年



セミナー 13:00～14:00

「わたしのからだは、わたしのもの」

10代20代は、自分自身のからだや心に関する悩みや不安が高まる時期です。女性に特有のからだのしくみや、身体との付き合い方を知ること、この先の人生が楽になります。いろいろな選択肢を知ることがハッピーになること！ヘルシーで対等な人間関係やお付き合いについて一緒に学びましょう。

こんなお悩みありませんか？

好きだけど
一緒にいると
苦しい

「NO」と
言えない

自分さえ
我慢すればと
思うけども
やもや

生理の
悩み

デートDV
かも？

グループ相談会 14:15～15:45

自分を知り、自分を大好きになる ～選択肢を知り、自分でつかみとる～

包括的性教育(まるごと人間教育)とユースクリニックの体験ができます。お茶やお菓子をいただきながら、気になっていたことや、自分自身の性や身体のことを話してみませんか。医師などの専門家に相談もできます。性教育の本、避妊グッズ、生理グッズ、フェムテックグッズなどを数多く展示しますので、実際に見て、触ることもできます。

※ セミナーのみ、グループ相談会のみ参加可

お問合せ
主催

With You さいたま
(埼玉県男女共同参画推進センター)
〒330-0081 埼玉県さいたま市中央区新都心2-2
☎ 048-601-3111
FAX 048-600-3802

With You さいたま
ホームページ



Facebookでも
情報発信
しています

