



# 健康で美しい女性 であるための講座

～自分の身体に関心を持ちましょう～



山梨まんまくらぶ



富士吉田市



pal\*system

パルシステム山梨

日時: 3月18日(火)

10:00~12:00(受付:9:30~)

会場: 富士吉田市民会館

3F 小ホール

定員: 100名 ※定数になり次第〆切

入場無料

保育: 若干名(有料) ※定数になり次第〆切

◇申込: 下記フリーダイヤルにて受付 3/14(金)まで。

◇お風呂で乳がん触診チェックカード&小冊子プレゼント!!

◇健康で美しい女性であるための食事提案

パルシステム共済連のたすけあい活動助成金を受けて開催します。

## あなたは自分の乳房に いつ触りましたか?

自分の乳房に関心を持つこと…。お顔のお手入れのように、自分の身体の一部として関心を持ちましょう。毎日のお手入れのように「今日のお肌の状況は?」「OK!」「乳房は?」「OK!」この講演会に参加して“大切な自分の身体に関心を持つこと”のきっかけにしてください。健康で美しい女性であるために!

[yamanashi\\_mamma@kjp.biglobe.ne.jp](mailto:yamanashi_mamma@kjp.biglobe.ne.jp)



山梨まんまクラブ代表  
若尾直子さん

自身の経験を通して、女性の健康やがん医療の充実のため県内外で活躍中!!  
笑顔のステキな女性です。

【お申込み先】

パルシステム山梨 富士五湖センター

0120-32-1061

月~金 9:00~19:00