

# 女性の健康広場in名古屋 健康美人セミナーが開催されました

産婦人科医が、女性の健康を生涯にわたって総合的に支援することを旨とした「女性の健康週間(3月1日～8日)」の活動の1つとして、女性の健康広場in名古屋が行われました。スズ薬局は2009年より毎年特別協賛をしており、今回で9回目となりました。

今回は、産婦人科医が20～30代女性に贈る「妊娠適齢期」や「月経前症候群(PMS)」に関する講演と、「肌測定」「パーソナルカラー診断」などの体験会が行われ、大盛況となりました。

**開催日時** 2017年3月18日(土)  
**開催場所** 名古屋国際会議場 イベントホール(愛知県名古屋市)  
**来場人数** 480名 満席

女性の健康広場in名古屋  
**健康美人セミナー**  
1組2名様まで 600名様無料ご招待!  
女性の健康週間 2017年3月18日(土)～3月24日(金)  
日時 2017年3月18日(土) 12:00～16:00  
場所 名古屋国際会議場 イベントホール  
何れも無料プレゼント!  
お土産 プレゼント  
HEALTHY & BEAUTY  
健康&キレイを叶える  
嬉しい体験ブースがいっぱい!  
産婦人科生活に  
取り入れられる  
お手軽!  
ビタミン系サプリメントも開催  
知って役立つ健康セミナー  
10,000円  
抽選会  
お楽しみ  
抽選会  
WEBからご応募  
スズ薬局お客様サイトにアクセスの上、必要事項をご入力ください。  
応募受付期間 2017年2月19日(日) 23:59まで  
スズ薬局グループ

## ◆ 知って役立つ健康セミナー

### 講演1「哺乳類としての妊娠適齢期」

名古屋市立大学 産科婦人科教授  
名古屋市立大学 学長補佐 杉浦 真弓先生

年齢が高くなると妊娠率は下がってしまうのが現実。理想は20代で出産すること。近年は、体外授精や卵子凍結などの高度な生殖技術が発展しているものの、加齢によってそれらの妊娠確率も下がってしまう。そのため、高度技術に期待してただ単に出産を先送りにするということは避けてほしい。女性の中にはさまざまなライフスタイルの方がいらっしゃるので、正しい知識を持った上で人生を選択していただくことが重要。自分が選択した多様性を認めて、健康で美しく毎日を過ごしてほしい。と語っていただきました。



※杉浦先生は「女性の健康広場in名古屋」の第一回からの企画者でもあります。

### 講演2「自分の月経前の症状(月経前症候群PMS)に 気づいていますか？」

京都大学医学部附属病院 産科婦人科 特定助教 江川 美保先生



PMSとは「月経前の数日間で表れて月経の開始と共に治まってくる体の不快な症状」のこと。主に、乳房や下腹部が張る、頭痛、むくみ、イライラする、うつっぽくなる、不安感などがあるが、原因ははっきりとは分かっていない。まずは、自分のカラダのリズムを知ることが大切。毎日の症状や気分を2～3ヶ月記録して月経の前後の症状を確認すること。その記録が自分のリズムを知ることにもなるし、医師との相談ツールにもなる。月経前にPMSの症状が認められれば、予め「この時期は仕方ない。無理しないようにしよう」と気持ちを切り替えてほしい。症状をなくすことを目標にするのではなく、症状に振り回されずに自分で自分を信頼できる感覚を持つことを目標に。PMSがあるから自分がダメだとジャッジするのではなく、心と体からのメッセージとして受け取ってみましょう。自分を大切にしてください。と温かくお話ししてくださいました。

## ◆健康&キレイを叶える体験ブース

**スギ薬局ブース** スギ薬局のビューティアドバイザー・管理栄養士による測定や相談を行いました。



肌測定



パーソナルカラー診断



体組成測定



葛の花ウエストケアスムージーの試飲



女性のココロとカラダ  
サポートプロジェクトの紹介  
コナミノルタ株式会社

月経前のココロとカラダの不調や、PMS(月経前症候群)での悩みを抱える女性に向けた体調記録ツールを中心としたサービスをご紹介します。



衣服内温度計Ran's Nightの紹介  
キューオーエル株式会社

眠っている間の衣服内温度を計測して、女性のカラダのリズムをとらえられる衣服内温度計「Ran's Night」をご紹介します。



ピラティスライト体験  
株式会社コナミスポーツクラブ

コナミスポーツクラブのインストラクターが来場し、自宅でも簡単にできる「ピラティス」をレクチャー。120名の方にご参加いただきました。





**婦人体温計などの紹介**  
オムロンヘルスケア株式会社

女性の健康に関するチェックシートをもとに、生活習慣の改善アドバイスを実施。  
婦人体温計、排卵日検査薬、妊娠検査薬をご紹介。



**お肌の水分量チェック**  
持田ヘルスケア株式会社

お肌の水分・油分・柔軟性の測定を350名の方に体験いただきました。測定結果を説明後、敏感肌と乾燥肌にオススメの「コラージェン化粧品シリーズ」をご紹介。



**“腸内フローラ”に関するミニセミナー**  
森下仁丹株式会社

今話題の“腸内フローラ”についてのミニセミナーを実施。  
260名の方にご体験いただきました。  
また、機能性表示食品「ビフィーナ」をご紹介。



**アクネ菌CHECK**  
ライオン株式会社

吹き出物やニキビの原因になるアクネ菌がどこに潜んでいるのかをチェックできる「アクネ菌チェック」を実施し、196名の方にご体験いただきました。また、「PAIRシリーズ」「Method」をご紹介。

**主催** 愛知産科婦人科学会、愛知県産婦人科医会

**共催** 名古屋市立大学不妊症研究センター

**後援** 「女性の健康週間」内閣府、公益社団法人日本医師会、公益社団法人日本栄養士会、公益社団法人日本看護協会、公益社団法人日本歯科医師会、公益社団法人日本助産師会、公益社団法人日本薬剤師会、公益社団法人日本学校保健会、全日本私立幼稚園PT連合会、全国養護教諭連絡協議会、一般社団法人日本周産期・新生児医学会、一般社団法人日本女性医学学会、一般社団法人日本生殖医学会、公益社団法人日本婦人科腫瘍学会、一般社団法人日本産科婦人科内視鏡学会、一般社団法人日本産婦人科乳腺医学会、一般社団法人日本女性心身医学会、一般社団法人日本糖尿病・妊婦学会、一般社団法人日本乳癌学会、NPO法人日本乳癌検診学会、一般社団法人日本婦人科がん検診学会、公益社団法人日本母性衛生学会、一般社団法人日本卵子学会、日本エンドメトリオーシス学会、日本産婦人科手術学会、日本思春期学会、日本受精着床学会、日本生殖免疫学会、日本妊娠高血圧学会、日本母体胎児医学会  
「女性の健康広場in名古屋」公益社団法人日本産科婦人科学会、公益社団法人日本産婦人科医会、愛知県、名古屋市、中日新聞

**特別協賛** スギ薬局グループ、コニカミノルタ(株)、キューオーエル(株)

**協賛** オムロンヘルスケア(株)、カルビー(株)、クラシエホームプロダクツ販売(株)、持田ヘルスケア(株)、森下仁丹(株)、ライオン(株)