

「更年期」は いつからネガティブな言葉に なったのだろう。

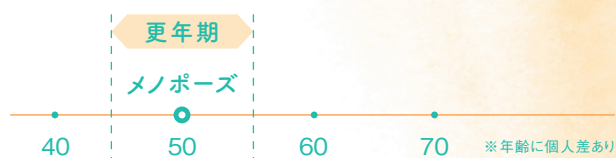
女性ホルモンの減少にともなう
心身の不調はたしかにつらいもの。

でも、人生はようやく折り返し地点に来たばかり。
できるなら前向きに付き合いたい。

必要なのは、我慢ではなくてケアと理解。
更年期は、自分自身を大切にするきっかけです。

気軽に医師に相談してみてください。
ちょっとした「不調」でも大丈夫。

私たちは味方です。



リニューアル!

▶ 動画で知る
メノポーズ
(2022年度版)



10月18日は世界メノポーズデー
10月18~24日は「メノポーズ週間」です

日本女性医学学会

検索

<https://jmwh.jp>



一般社団法人

日本女性医学学会