



## プレスリリース

報道関係各位

2024 年 6 月 吉日  
NPO 法人 ラサーナ  
生理快適プロジェクト

### 10代女子とお母さんのための「思春期の生理 & 女性のカラダを知る」

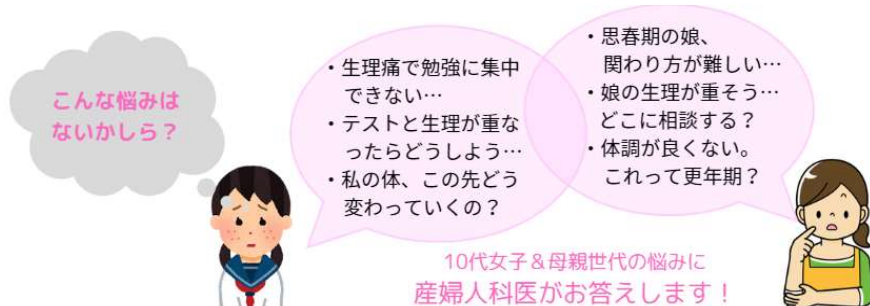
#### オンラインセミナー 6月23日に開催！

NPO法人 ラサーナ（群馬県高崎市、理事長 福田小百合）は、群馬県・埼玉県を中心に教室を展開している総合学習塾うすい学園の協力のもと、10代の女子とその母親世代に向けた「思春期の生理&女性のカラダを知る」オンラインセミナーを6月23日（日）に開催します。

第二次性徴期を迎える10代の女子たちが必ず向き合うのが生理の問題。「生理痛で勉強に集中できない…」「テストの日に体調が悪くならないか心配」といった切実な声や、母親からも「思春期の娘にどう関わるか?」「自分自身の更年期の対応も心配」といった声が寄せられています。親も子供も、性ホルモンの変化に伴う体の変化や健康管理について学ぶ機会がないことが、こうした不安を増幅させたり、適切な対策行動に繋がらない原因だという指摘も聞かれます。

本セミナーでは、10代女子、母親世代の疑問や悩みに対して婦人科医が女性の体の基礎知識、良いコンディションで大切な日に臨むための体調の管理法、男女生徒の母親世代の健康管理に役立つ「女性ホルモン」のケアについても紹介します。

また、群馬県下の8つの婦人科クリニックの賛同を得て、婦人科のかかりつけ医を持つことの大切さ、気軽に相談をしてほしいと呼び掛けるとともに、実際にクリニックに足を運んでもらうためのミニイベントも実施します。これは、若い頃からかかりつけの婦人科を持つことが、女性の健康向上に不可欠だとの考えから実施する「かかりつけ婦人科を持とうキャンペーン」の一環です。



日時:2024 年 6 月 23 日(日) 10:00~11:30

形式:zoom ウェビナーによるオンラインセミナー

主催:NPO 法人 ラサーナ

協力:うすい学園 協賛(第1部):生理快適プロジェクト

後援:群馬県、群馬県教育委員会、群馬県産婦人科医会



## プログラム内容

### <第1部>10:00~10:55

主 催:NPO法人ラサーナ 協 力:うすい学園

協 賛:日経BP 総合研究所 生理快適プロジェクト

後 援:群馬県、群馬県教育委員会、群馬県産婦人科医会



●「知っておこう、生理のこと、私たち女性のカラダのこと」

講師:産科婦人科 館出張 佐藤病院 院長 佐藤雄一先生

●「思春期世代とその親を対象とした、

かかりつけ婦人科を持とう！」キャンペーンについて

☆夏休み期間に、県内8カ所の協力産婦人科に、行って楽しめる「ミニイベント」を開催します。

### <第2部>10:55~11:30

主 催:NPO法人ラサーナ 協 力:うすい学園

後 援:群馬県、群馬県教育委員会、群馬県産婦人科医会

イベントの告知と

申し込みサイト↓



●「試験日の体調管理は重要。生理日を調整する方法」

講師:産科婦人科 館出張 佐藤病院 院長 佐藤雄一先生

### ■NPO法人ラサーナについて <https://npo-lasana.org/>

『Lasana (ラサーナ)』とは“健康で美しい女性”を表す言葉。女性の元気を様々な角度からサポートします。子宮頸がん予防や乳がんも含めた検診率の向上を活動の中心に、病気に対する予防法や健康的な美容法、育児支援や社会復帰支援などの情報発信を行っています。専門家による正しい情報を多くの方に知っていただき、女性のクオリティ・オブ・ライフ (QOL) の向上のために活動しています。

### ■うすい学園について <https://usuigakuen.co.jp/>

「うすい学園」は1975年に群馬県松井田町で創業。群馬県、埼玉県を中心に幼児～高校生対象の学習塾を運営しています。生徒たちに一方的に情報を伝えるのではなく、考える力そのものを養う教育に力を注ぎ、「生徒自身に考えさせる」ことを支援することで、生徒の可能性を最大限に広げることを企業理念としてきました。

### ■生理快適プロジェクトについて <https://special.nikkeibp.co.jp/atclh/DRS/20/seirikaiteki/>

日経BP 総合研究所が運営する「生理快適プロジェクト」では、女性たちが自身のカラダのリズムを適切にマネジメントするご自身の健康や仕事のパフォーマンス向上、QOLの向上につながることをメッセージしています。また、そうした女性を支援することの大切さを社会や企業に訴えてきました。

### ●本件に関するお問い合わせは

NPO法人ラサーナ 事務局 070-4420-4111

### ●イベントの告知サイト

<https://npo-lasana.org/2024/06/04/post-2011/>