



親子で学ぶ

フェムケア

デリケートゾーンのお話と実験するよ

1/5 日

10:00~11:30

7003階

多世代交流室D

親子1組2,000円

対象：小4~中3女子とその保護者
(それ以外の方もOK)

講師



長内里香 (おさないりか)

フェムケアスペシャリストであり、ひめトレ®インストラクター。
普段は女性専用のサロンで、女性の身体の不調をサポートしています。

自身も中2男子と小1女子の2児の母 (プレ更年期です)。



女子小・中学生の皆さんへ

学校の先生やお母さんに聞けない、言いづらいこと
ありませんか？

先生やお母さんに、なんとなく話しにくい体のこと、
生理のこと、性のこと…etc

フェムケアの専門家に聞いてみませんか？

女子小・中学生を持つお母さまへ

生理のこと、性のこと、こんなことはありませんか？

- お子様の生理痛が辛そうでかわいそう
- 薬飲んでで大丈夫かな
- 部活の時の生理が大変そう
- ナプキンを使うのを嫌がってしまう
- 身体の変化を受け入れられないみたい

冬休み中の今、自分のからだのことを考え、
話すきっかけを作ってみませんか？



申し込みはこちらのフォームから
問い合わせ



フェムケアサロンLA SELLA (ラセラ) 長内里香
090-5784-2887
rika.osanai@jumbocurl.com

申し込みは
こちらのフォームから

