

# 誰もが自分らしい毎日を 過ごせるように



入場  
無料

女性のメンタルヘルスについて考えよう  
～月経前症候群、月経前不快気分障害等を中心に～

日時

2026年（令和8年）2月10日（火）14時～15時30分

会場

西牟婁総合庁舎 4階大会議室  
（田辺市朝日ヶ丘23-1）

講師

紀南病院産婦人科 松井寿美佳医師

ご案内

皆さんはPMS(月経前症候群) やPMDD (月経前不快気分障害) についてどのように理解されていますか？「初めて聞いた」「聞いたことはあるけど、よくわからない」「実はその症状で悩んでいる・・・」

一般的に広く知られるようにはなりましたが、家庭や職場でも話しづらい話題になっていませんか？あなたの職場には「今日、生理休暇取得します」って当たり前と言える環境はありますか？

そこで、今回はPMS、PMDD等を中心に女性のメンタルヘルスについて考えてみたいと思います。

女性も男性もまずは正しく理解することから始めてみませんか？

## お申し込み・お問い合わせ

田辺保健所保健課 担当：梅原・中家・小原  
電話：0739-26-7952 FAX:0739-26-7916



TEL、FAX、二次元コードいずれかでお申し込み下さい

田辺保健所 保健課 健康グループあて  
FAX 0739-26-7916 (送付票不要)

2/3 (火)  
×切

※参加申込み二次元コード



2025年（令和7年度）精神保健福祉普及啓発事業  
**参加申込書**

日時：2026年（令和8年）2月10日（火）14:00～15:30

場所：西牟婁振興局（田辺保健所）4階大会議室  
（田辺市朝日ヶ丘23-1）

氏名	お住まいの市町村（例：田辺市）	連絡先（電話番号）

備考

※車椅子スペース、手話通訳や要約筆記など必要な配慮があれば、こちらに記入して下さい。

