

わたしが選ぶ わたしの未来



10代
20代の

参加費
無料

女性のためのセミナー & グループ相談会

2024 **11.2** **土**

時間・13時～16時

(受付開始12:45)

会場・聖学院大学

〒362-8585 埼玉県上尾市戸崎 1-1

JR 高崎線宮原駅からスクールバス約5分 / 徒歩15分

JR 埼京線 (川越線) 西大宮駅からスクールバス約10分

JR 埼京線 (川越線) 日進駅から徒歩15分

定員・20名



講師

高橋 幸子 さん

産婦人科医

埼玉医科大学病院

思春期外来担当 (若年妊娠・性虐待)

一社) 彩の国思春期研究会代表理事

性教育外部講師17年



セミナー 13:00～14:00

「わたしのからだは、わたしのもの」

10代20代は、自分自身のからだや心に関する悩みや不安が高まる時期です。女性に特有のからだのしくみや、身体との付き合い方を知ることで、この先の人生が楽になります。いろいろな選択肢を知ることはハッピーになること！ヘルシーで対等な人間関係やお付き合いについて一緒に学びましょう。

こんなお悩みありませんか？

好きだけど
一緒にいると
苦しい

「NO」と
言えない

自分さえ
我慢すればと
思うけど
もやもや

生理の
悩み

デートDV
かも？

グループ相談会 14:15～15:45

自分を知り、自分を大好きになる ～選択肢を知り、自分でつかみとる～

包括的性教育 (まるごと人間教育) とユースクリニックの体験ができます。お茶やお菓子をいただきながら、気になっていたことや、自分自身の性や身体のことを話してみませんか。医師などの専門家に相談もできます。性教育の本、避妊グッズ、生理グッズ、フェムテックグッズなどを数多く展示しますので、実際に見て、触ることもできます。

※ セミナーのみ、グループ相談会のみ参加も可

お問合せ
主催

With You さいたま
(埼玉県男女共同参画推進センター)

〒330-0081 埼玉県さいたま市中央区新都心2-2

☎ 048-601-3111

FAX 048-600-3802

With You さいたま

ホームページ



Facebookでも
情報発信
しています



大切な
わたしの
ために

学ぼう

話してみよう

見てみよう

さわってみよう

生理のこと
性教育のこと

デートDVのこと
性的同意のこと
コミュニケーションのこと

色々な生理グッズ
色々なフェムテックグッズ
性教育の本、絵本
ジェンダーの本

大切な
ともだちの
ためにも

お茶やジュースを
飲みながら
ゆったりと

避妊具の説明
緊急避妊ピルの説明

お菓子や
生理用ナプキン等
もらえるよ

HPVワクチンの説明
性感染症を防ぐ

周りの大人には
言えない

包括的性教育（まるごと人間教育）

人権とジェンダー平等に基づき、
からだや生殖にとどまらず
性の多様性や、性的同意などの
コミュニケーションを学ぶ

一人ひとりが
ハッピーに！

選択肢を知り、つかみとるための知識や、
環境を得るための教育

病院に
つながるには
ハードルがある

ユースクリニック

スウェーデンには現在、約250カ所がある。
学校現場での充実した性教育や健康教育を補完する
情報提供の場であるとともに、思春期の若者が
抱えがちな悩みについて、無料で専門家に相談でき、
必要であれば一部の治療や処置が受けられる施設

若者を守る為に必要な「環境」

電話、持参（下記申込書に記入）または電子申請
（下記二次元コード）によりお申込みください。

お申込み
方法

お申込みは

10月30日（水）正午まで

（定員になり次第締め切り）



◆ 参加申込み・お問合せ

With You さいたま
（埼玉県男女共同参画推進センター）

〒330-0081 埼玉県さいたま市中央区新都心2-2
JRさいたま新都心駅より徒歩5分、JR北与野駅より徒歩6分

☎ 048-601-3111

FAX 048-600-3802



次回女性のためのセミナー&グループ相談会のお知らせ

日時：2025年1月18日（土）13時～16時

場所：With You さいたま

テーマ：「わたしらしく生きる」

対象：生きづらさを抱えている女性（保育有）

予告

テーマ：「わたしのからだはわたしのもの」（対象：10代、20代女性）
2025年2月16日（日）With You さいたま（保育有）

テーマ：「わたしの怒りと暴力」

（対象：夫婦・家族・親子・人間関係に悩んでいる女性）
2025年2月23日（日）With You さいたま（保育有）

◆ 委託団体

特定非営利活動法人パープルネットさいたま
<https://purple-net.jimdo.com/>



◆ 協力団体

一般社団法人彩の国思春期研究会
kokokara ねっと埼玉
聖学院大学

2024年11月2日（土）聖学院大学開催 女性のためのセミナー&グループ相談会

参加申込書

ふりがな

年齢

氏名

歳

住所（市町村名、さいたま市の方は区まで）

連絡先電話番号

お預かりした個人情報は、本講座の運営のためだけに使用し、他の目的で使用することはありません。