



はたらく女性のWell-beingセミナー

頭痛を抱えるあなたへ 快適な生活へのヒント

はたらく女性に多い頭痛をテーマに、健康増進とウェルビーイング向上を目的として、専門家による正しい知識とセルフケア方法の講演や健康相談を実施します。

2025年 **7月10日** **木** 18:30-20:00

場所：PLAYCE

福井市中央1-3-5 FUKUMACHI BLOCK 1階

— 内容 —

①福井赤十字病院 脳神経内科 早瀬史子医師による頭痛講演

「女性のための頭痛ケア講座～私らしく輝く毎日のために～」

- ・女性のライフステージごとに変化する頭痛：女性ホルモンとの深い関係
- ・片頭痛のサイン：早めに気づいて早めに治そう
- ・家庭・仕事への影響と対策：セルフマネジメントのヒント

②コミュニティナース 加藤瑞穂氏・ナースケットの皆さま

「健康相談コーナー」

参加者をグループに分けナースケットが1名入り、健康の悩みなどを相談。早瀬医師も各グループを巡回します。

— 時程 —

18:00～18:30 開場・受付

18:30～18:35 趣旨説明

18:35～19:05 早瀬医師による講演

19:05～19:15 質疑応答

19:15～19:20 休憩

19:20～20:00 健康相談コーナー・交流会

20:00 閉会（アンケートのご協力をお願いします）

対象

はたらく女性

参加費無料



お申込みはこちら



官民共催 **+** 日本赤十字社 福井赤十字病院

ALLINUS
オリナス

ふくウェル 福井県
幸福実現共創ラボ

講師

早瀬史子医師



滋賀医科大学大学院医学系研究科博士課程修了。

現在、福井赤十字病院脳神経内科部長。

日本頭痛学会専門医・指導医として、脳神経内科にて「頭痛外来」を開設。

嶺北、嶺南から頭痛にお困りの患者さんの診療にあたっている。院内では産業医としてスタッフ向けの頭痛勉強会を月1回開催し、啓発活動を継続している。

加藤瑞穂氏



株式会社オリナス代表取締役/看護師/保健師/コミュニティナース
福井大学医学部看護学科卒業後、福井大学医学部附属病院外科勤務。
その後、訪問看護ステーションを設立。

現在は暮らしに佇むコミュニティナースとして多岐に活動中。

2024年2月に暮らしの看護最大化を目指す株式会社ALLINUSオリナスを設立。地域住民、行政、専門職と協働しながら分散型のコミュニティを各地で育くむ。



<https://allinus.co.jp/>



“暮らしのなかに看護を”

株式会社オリナスが運営する、看護が大好きなチーム！



福井県内を中心に看護ケアを暮らしや企業様のなかで広げ、日々の営みにとけこみながら健幸を看て護ります。

当日はなんでも気軽にご相談してくださいね。



@NURSEKET_FUKUI

進行

飛田章宏



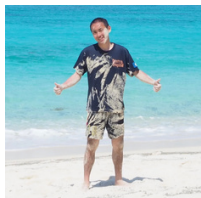
福井県庁幸福実感ディレクター

早稲田大学政治経済学部卒業後、2003年4月に福井県入庁。

産業や観光行政のほか部局横断的な政策づくりを担当後、管理職等に積極登用する人事のチャレンジ制度に手を挙げ、2023年5月から現職。

大学・企業などと連携し、県民の幸福実感を高めるプロジェクトを進めている。

小針翼



福井県庁ウェルビーイングコーディネーター/演劇ワークショップファシリテーター
日本大学芸術学部演劇学科卒。演出家として作品作りを行う傍ら、

キャリアコンサルタントとして若者の就労支援を行う。また、ファシリテーターとして学校や就労継続支援事業所、また精神疾患当事者の方々と一緒に演劇作りを行ってきた。2024年10月より地域おこし協力隊として福井市に移住。