

# 受援力～頼る力が人生をひらく～

2026年



5月17日(日)  
13:30～15:30

東日本大震災の被災地で出会った  
頼ることができず孤立する人たち。  
この時から、頼ることを前向きに  
とらえる「受援力」という言葉を  
広めたいと考えるように・・・

会場 安曇野市碌山公園 研成ホール

内容 第1部 講演「受援力～頼る力が人生を開く～」  
第2部 グループワーク（頼るスキルの磨き方）

参加費 1,000円（事前申込制・学生無料）

お申し込みはコチラ



## 【講師プロフィール】

### 吉田穂波さん

神奈川県立保健福祉大学大学院ヘルスイノベーション研究科 教授  
（産婦人科医師、医学博士、公衆衛生学修士、認定産業医）三重大学医学部卒  
聖路加国際病院にて産婦人科研修後、名古屋大学大学院にて医学博士号取得。  
ドイツ・イギリスを含め10年間の臨床経験を経てハーバード公衆衛生大学院留学。  
2011年3月11日の東日本大震災後は宮城県の妊産婦支援プロジェクトを担当し  
被災母子のサポートを行う。国立保健医療科学院、神奈川県をはじめとした官公庁や  
多数の自治体で母子保健領域の公共政策提案に携わり、2019年より現職。  
専門領域は、産婦人科、母子保健、働く女性の健康、孤独・孤立予防と受援力の啓発  
と幅広い。  
産婦人科診療、教育、研究にたずさわりながら、自治体の審議会や政府の  
委員などを務める。プライベートでは4女2男の母。  
著書に、『「時間がない」から、なんでもできる!』（サンマーク出版）  
『ママドクターからの幸せカルテ—子育ても仕事も楽しむために』（西村書店）  
『「つらいのに頼れない」が消える本—受援力を身につける』（株式会社あさ出版）  
『「頼る」スキルの磨き方』（KADOKAWA）『頼るスキル 頼られるスキル』（角川新書）  
ほか多数。



主催 安曇野から女性をエンパワーメントする会

後援 安曇野市 安曇野市教育委員会 市民タイムス MGプレス

[お問い合わせ] 0263-55-7337 / 090-8512-1209（小林）