

令和6年度 普及啓発事業 男女の健康・妊娠・出産・子育てサポート講座

いつか妊娠したいと 考えているあなたへ

- プレコンセプションケアについて考えてみませんか -

「プレコンセプションケア」とは、女性やカップルが将来の妊娠や出産を考えながら自分たちの生活や健康と向き合うことです。

今回の講座では、妊娠や出産に向けて知っておいた方がよいことや生活習慣で気を付けたいことをお伝えするほか、女性特有のがんやホルモンバランス、より健康的に過ごすためのポイントやメンタルケアの方法などを解説します。いざ妊娠したいとなった時に後悔しないよう、正しい知識を得ませんか。

10.19 土

13:30 ~ 15:30

(講演は 15:00 まで)

山梨県立男女共同参画推進センター
びゅあ総合大研修室

講師

岩間 絵里花さん

山梨県厚生連健康管理センター-保健師

対象

ご自身やパートナーとのライフプランの中で、将来、妊娠や出産を希望するときのために
知っておきたいことや今からできるケアを知りたい方、プレコンセプションケアに関心がある方

定員

30 名

受講

無料

ONLINE



体験 無料

びゅあ総合会場
受講者特典

100%植物から抽出された精油を使った

ピロ-ミスト作り体験 付き!

数種類の精油から好きな香りを選んで、
自分だけのリラクゼーショングッズを
作りましょう!



作ったミストは お持ち帰りできます!

※講演終了後に実施します。
特典は総合会場受講の方のみです。

申込方法は裏面を
ご覧ください!



主催・お問い合わせ

山梨県立男女共同参画推進センター

びゅあ総合

〒400-0862 山梨県甲府市朝気 1-2-2

TEL:055-235-4171 FAX:055-235-1077

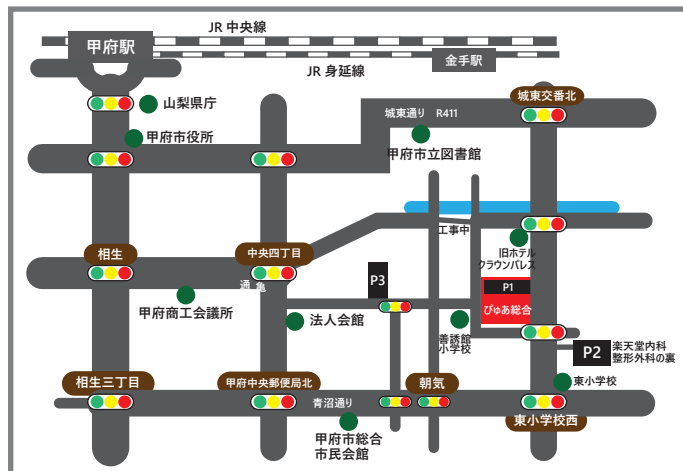
(HP) <https://www.yamanashi-bunka.or.jp/pwm/topicssogo>

(MAIL) sogoevent@yamanashi-bunka.or.jp

無料託児あります



6ヵ月~未就学児
3日前までに
ご予約ください



「いつか妊娠したいと考えているあなたへ-プレコンセプションケアについて考えてみませんか-」 申込方法

参加ご希望の方は、次のいずれかの方法で必ず事前にお申込みください。（先着順／定員になり次第締切）

①びゅあ総合にて参加希望の方（講師による対面講義）

お電話・FAX・メールのいずれかで「びゅあ総合」までお申込みください。

◆お電話…びゅあ総合 055-235-4171 までお電話ください。（8:30～17:30 休館日：毎月第2・4月曜日）
その際、お名前・お住まいの市町村・電話番号・託児の有無をお知らせください。

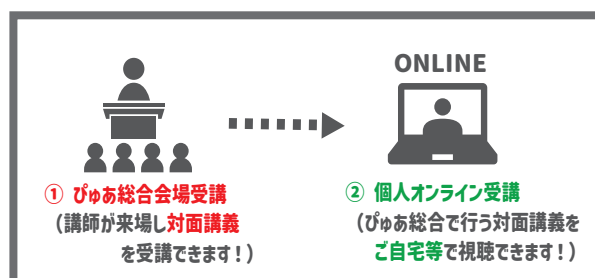
◆FAX…下部の「FAX 申込」欄に必要事項をご記入の上、びゅあ総合 055-235-1077 まで送信してください。
（24 時間受付 受信確認連絡は翌日以降になることがございます。）

◆メール…件名に「プレコンセプションケア講座申込」、本文に「お名前・お住いの市町村・電話番号・託児の有無」
を入力の上、びゅあ総合 sogoevent@yamanashi-bunka.or.jp まで送信してください。
（24 時間受付 受信確認連絡は翌日以降になることがございます。）

②会場ではなくご自宅等での視聴希望の方（Zoom による配信）

メールにて「びゅあ総合」までお申込みください。

◆ 10月16日（水）までに必ずメールにてお申込みください。
件名に「プレコンセプションケア講座 Zoom 受講」、
本文に「お名前・お住いの市町村・電話番号」を
ご記入の上、sogoevent@yamanashi-bunka.or.jp に
送信してください。追って当日の接続先情報をお知らせします。
（24 時間受付 受信確認連絡は翌日以降になることがございます。）



申込用二次元バーコード



こちらからも
お申しいただけます
(①②いずれも申込可)

* FAX 申込 *

(Zoom 受講希望の方はメールでお申込みください)

氏 名

電 話

託児
ご希望の方

お子様のお名前

お住いの
市町村名

女・男 (歳 か月)

ご記入の上、このまま FAX してください。055-235-1077