

無料

未来のためにからだところろのこと 専門家にオンラインで相談



／ 知ってますか？ / **プレコンセプションケア**

プレコンセプションケアとは今の自分が**未来の自分や未来のこどもたちのためにできるセルフケア**です。若い男女が将来のライフプランを考えて日々の生活や健康と向き合うことです。



将来の健康・結婚・妊娠などのライフプランを選ぶように、
今から自分のからだところろに向き合って未来へのからだづくりを相談しませんか？

／ 様々な相談ができます /



ひどい生理痛

生理痛が重い、貧血など
生理に伴う不調

子どもを持つ

妊活っていつから
始めたらよいのだろう

ライフプラン

やりたいことがいっぱい！
将来のためキャリアについて考えたい。

パートナーとの関係

勝手に遠慮してなかなか
思ったことが言えない

こころの悩み

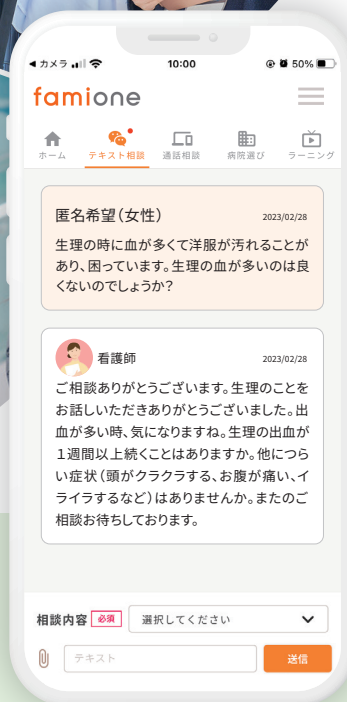
次々と悩みが浮かんできて
夜眠れない

ダイエット

痩せすぎも太り過ぎもよくない。
適正体重を目指すためには？

からだの不調

この症状はなんだろう？
受診のタイミングがわからない



無料

famione ファミワン ヘルスケア相談へ！

スマホから簡単に登録して誰にも知られずに
いつでも専門家に相談しませんか？

詳細・ご利用方法は裏面へ >

山梨県在住（または在学・在勤）の方は無料

●月額3980円のプレミアムプランが、山梨県専用クーポンコード入力で毎月無料でご利用できます。

クーポンコード

「ymns ○○」 ※○○にはお住まいの住所や学校、勤務先の市町村名が入ります。(例)ymns甲府市

●約70名の様々な専門家があなたをサポート

看護師

助産師

臨床心理士

管理栄養士

薬剤師

胚培養士

国家資格キャリアコンサルタント

など

●選べる相談方法



ご利用は
公式LINE
から！

▶ LINE ID @famione-support

※在籍の専門家または専門家の人数は2025年7月現在のものになります。
※テキスト相談は24時間受付 返信は平日3営業日以内（土日祝を除く）になります。
※Zoom通話相談は1回20分の事前予約制になります。

●利用方法

STEP 1 LINEの友だち追加



▶ LINE ID @famione-support



STEP 2 会員登録

メールアドレスで
新規会員登録はこちら

メールアドレス

確認メールを送信

LINE LINEアカウントで新規登録する

LINEアカウントで
新規会員登録はこちら

※登録にはメールアドレスの入力が必要となります

STEP 3 クーポンコード入力

アカウント情報の登録

どちらでもないを選んだ方には女性のチェックシートが画面に表示されます

女性 ☐

クーポンコード

「クーポンコード」をタップ

クーポンコードを入力

「ymns ○○」

※○○にはお住まいの住所や学校、勤務先の市町村名が入ります。(例)ymns甲府市

初回
チェックシート

初回チェックシートを入力し送信する

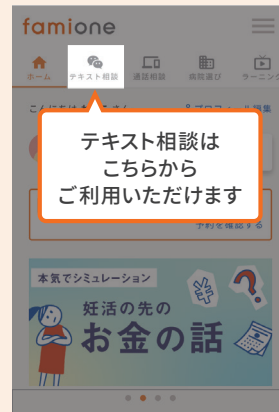
1 2 3 4 5

基本情報について

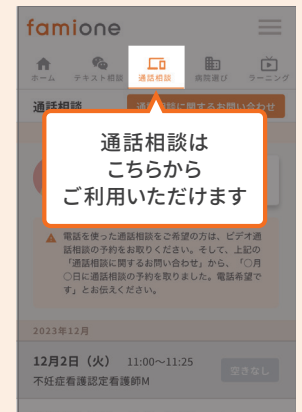
あなたのことについて教えてください。お答えいただける内容が多いほど、あなたにぴったりのアドバイスをお届けすることができます。

生年月日

STEP 4 テキスト相談やZoomでの通話相談



テキスト相談は
こちらから
ご利用いただけます



通話相談は
こちらから
ご利用いただけます

