



助産師が伝える

プレコンセプションケア

プレコンセプションケアとは

性や妊娠に関する正しい知識を身に付け、健康管理を行うよう促すことを指します。将来子供を欲しいと考えている人にも、そうでない人にも大切な取り組みです。男女ともに自分と次世代の健康を守るために助産師と考えてみませんか？

令和7年6月2日(月) 申込開始

- ◇茨城県助産師会のホームページより申し込みができます。
- ◇準備や打ち合わせに約2か月いただくため、8月3日以降の講演が対象となります。

対象：大学・専門学校
会社等の男女
(主に20歳代前後)

受講費用：無料

講話時間：90分
(状況により調整可能です)

<Program>

- 今の自分を知ろう！
男女のからだの違い、適正体重など
- 生活を整えよう！
栄養や嗜好品など
- 月経とうまくつきあおう！
月経にまつわる様々な症状
- 性感染症について知ろう！
症状と最近の動向
- 自分のライフプランを考えよう！

申し込み方法や規約等はホームページでご確認ください。

<問合せ先>

一般社団法人茨城県助産師会
事務局 〒310-0851 水戸市千波町2475栗原ビルA号室
☎029-297-5430(電話対応 月・水・金8:30~17:00)
E-mail: sanbaibaraki@song.ocn.ne.jp

