備後圏域在住のあなた！

カラダを知る、選択肢を広げる

～今から始めるプレコンセプションケア～

「健康にいいこと」の情報はあふれていますが、自分にとって本当に必要な情報を選べていますか。このセミナーでは、健康情報の見極め方から、性別や年齢を問わずすべての人に関わる「プレコンセプションケア」の考え方までをお伝えします。自分のカラダを知り、これからの人生の選択肢を広げるための60分です。



2026年11月18日（水）
19:00～20:00
【無料 オンライン開催】

顔出しなし 匿名OK



対象 備後圏域7市2町（福山市、三原市、尾道市、府中市、竹原市、世羅町、神石高原町、笠岡市、井原市）在住の若年層など興味のある方はどなたでも

第1章	第2章	第3章	
ヘルスリテラシーとは	プレコンセプションケアとは	ライフプランを考えよう	Q&A

講 師



谷村弥生
助産師/公認心理師/
生殖心理カウンセラー
（株式会社ファミワン）

大学病院、大学教員、県不妊専門相談センターを経て大学病院に勤務中。おひとり、おひとり、状況や抱えているお悩みが違うからこそ、しっかりとお話を伺ってその方・カップルにとっての「最善」が選択できるよう支援したいと思い、活動している。

お申込みはこちらから

二次元コードまたは下記URLより
お申込みください

事前質問も受付中！
（11月12日まで）

アーカイブ配信あり

https://form.run/@fukuyama2026-precon

本セミナーに関するお問い合わせ

主催：福山市ネウボラ推進課 電話：084-928-1252
委託業者：株式会社ファミワン　https://famione.com/form/contact/

福山市