

＼知らないなんてもったいない！／

# そのときに慌てないために

## ～将来の妊娠にそなえて～

日時

2026年

3月8日(日)

19:00～20:30

各章ごとの  
アーカイブ配信あり  
気になるところだけ  
あとで見るとOK!



顔出し不要・匿名参加  
お気軽にご参加ください!

「プレコンセプションケアってなに？」  
「妊娠するって実際どういうこと？」  
「将来のために、どんな生き方をしたらいい？」  
そんな疑問に、分かりやすく答えるセミナーです!  
“いつか”のために、

自分のカラダや将来の選択について考えてみませんか?  
避妊や性感染症の正しい知識をお伝えするとともに、  
妊娠したときに利用できる制度も紹介します。

高校生・大学生  
大歓迎!

### 内 容

ご挨拶

【第1章】プレコンってなに?

【第2章】妊娠したらどうなる?

【第3章】ライフデザインを考えてみよう

Q&A

### セミナー対象者

テーマに興味があり、  
ご参加を希望される方

### 講 師

示村 英実

株式会社ファミワン  
看護師/不妊カウンセラー



▼お申込はこちら▼

ご予約がわからない方も  
アーカイブ配信の  
ご案内をお送りしますので  
お気軽にお申込み  
ください



セミナー申込

奈良県 性と健康の相談センター

# ならはぐ

からだところのこと、  
オンラインで気軽に相談してみませんか？

\\ 友達や親に相談できないこと、「ならはぐ」で相談できます //

自分のことが  
好きに  
なれない

彼氏・  
彼女に嫌と  
言えない

からだの変化が  
気になる

性の話題を  
避けてしまう

生理が  
重くてツライ

自分と周りを  
比べてしまう



奈良県の小学生・中学生・高校生・大学生も対象  
**無料で登録・相談！**

無料専用  
コード

**nara奈良県〇〇**

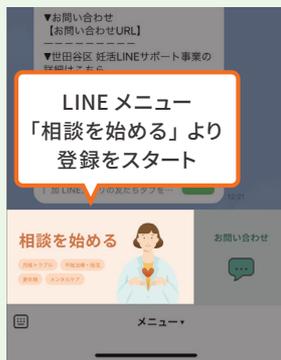
※〇〇には住所や学校、勤務先等の市町村名を入力  
(例) nara奈良県奈良市

## STEP 1 登録 (LINEまたはメールアドレスで会員登録)

LINEからの登録はこちら



▶ LINE ID @famione-support



メールアドレスからの  
登録はこちら



▶ URL <https://app.famione.com/auth/signup>



メールアドレスを入力して  
確認メールを送信してください

## STEP 2 専用コード入力



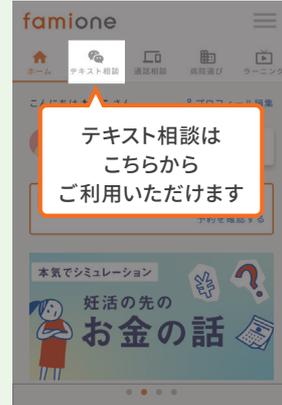
「クーポンコード」をタップ  
下記の専用コードを入力  
**nara奈良県〇〇**

※〇〇には住所や学校、勤務先等の市町村名を入力 (例) nara奈良県奈良市



初回チェックシートを  
入力し送信する

## STEP 3 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

