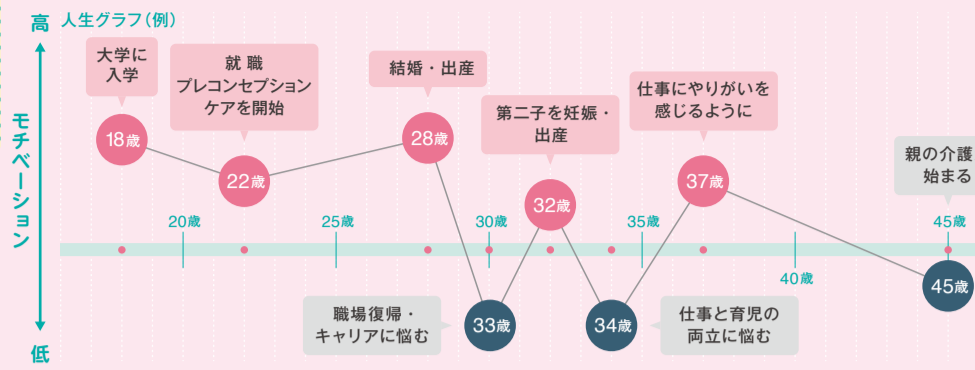
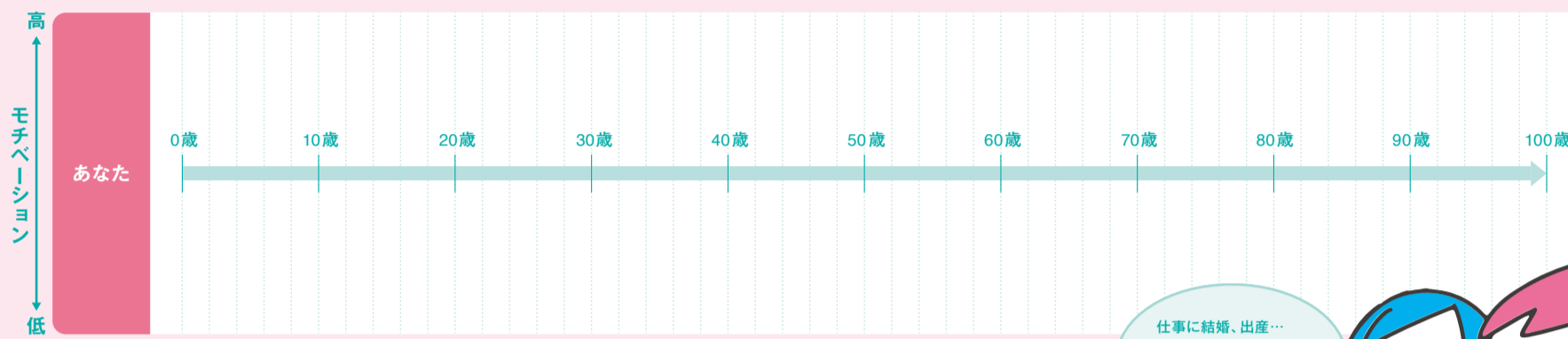


ライフプランニング

夢や目標を
可視化してみよう



右の人生グラフ例を参考に、あなたの「理想の人生グラフ」を考え、100歳までの人生を描いてみよう。



Doctor VOICE

キミたちの明るい未来のために、

「今」大切なこと。



「若いからまだまだ大丈夫」ではなく
「若いからと油断せず、健康を意識する」

英ウィメンズクリニック 理事長 塩谷 雅英

私は、不妊で悩んでいる方に、心と身体の両面からサポートするクリニックを設立し、運営しています。今プレコンセプションケアが注目されている背景には、不妊治療で生まれる子どもが増えていること、男性不妊の増加、母体の低栄養などで高リスクの妊娠・出産が増えていることなど、多くの課題があげられます。

プレコンセプションケアは、若い皆さんが自分の健康に関心を持ち、男女ともに健康な生活習慣を身につけて、自分の夢の実現とともに、赤ちゃんが欲しいと思ったときに授かるチャンスを増やすことにつながります。「若いからまだまだ大丈夫」ではなく「若いからと油断せず、健康を意識する」という認識を持ちましょう。

プレコンセプションケアのはじめの一步。ぜひ参考にして、自分でもいろいろ調べてみましょう。未来のあなたが輝くために「今」大切なこと、それがプレコンセプションケアなのです。

兵庫県の「プレコンセプションケア」に関する本誌やウェブサイト、動画は、英ウィメンズクリニックの塩谷医師の監修によります。

働きながら 不妊治療!

職場の理解と「お互い様精神」で
不妊治療しながら働く人を応援しよう!

不妊の検査や治療を受けたことがある夫婦は、年々増加傾向にあり、働きながら不妊治療を受ける人も増加しています。そんな不妊治療を受けながら働く社員と、職場で支える上司や同僚の人たちのより良い環境づくりが課題となっています。

“不妊治療”は当事者自身が口にしにくいことや周囲の理解が得られにくいこともありますが、誰もが抱える課題。プライバシーに配慮しつつ、理解や「お互い様」の精神が得られることが、働きやすく暮らしやすい社会につながると考えています。

兵庫県では、不妊治療を受ける県民の皆様はもちろん、企業の皆様にも様々なサポートをしています。下記相談窓口から、お気軽に、お問い合わせ・ご相談ください。

「プレコンセプションケア」について、
もっと詳しく知りたい方は
ウェブサイトや動画をご覧ください。

プレコン
はじめの一步
WEB サイト



プレコン
はじめの一步
Youtube



兵庫県の相談窓口

不妊・不育の面接相談 **完全予約制**
予約電話番号 **078-362-3250**
原則、平日 9 時 00 分～17 時 00 分
相談日の 5 日前までにご予約ください

不妊・不育の電話相談
電話番号 **078-360-1388**
毎月第 1、3 土曜日(祝日・年末年始を除く)
10 時 00 分～16 時 00 分

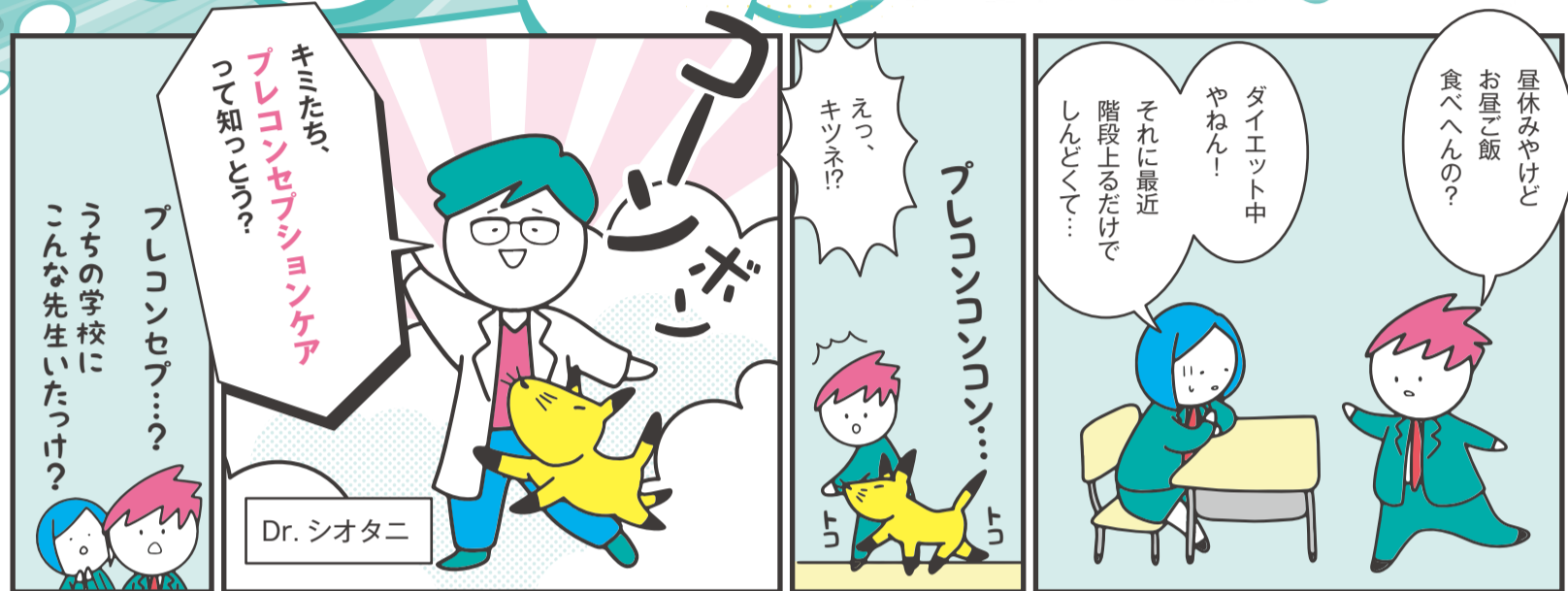
予約せぬ妊娠SOS相談
電話番号 **078-351-3400**
24 時間 365 日 無料で相談可能

VOL. 01

目指せ! プレコンマスター!

～あなたの将来の選択肢を増やすために～

この情報紙は、「プレコンセプションケア」の大切なポイントをまとめました。最初にマンガを読んで概要をつかんだら、ページを開いてどこからでも読み進めてみましょう。理解できたら、6つのアイテムのアイコンをチェック。すべてをコンプリートしたらあなたも「プレコンマスター」です。



英ウィメンズクリニック 理事長 塩谷 雅英

プレコンセプションケアは、将来の選択肢を増やすためのはじめの一步。妊娠・出産の希望を含めた将来のライフプランを考えて、日々の生活や健康に向き合ってみよう。



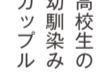
登場人物紹介



ミキ (未来)



ケン (健)



カッパル 高校生の幼馴染み



Dr. シオタニ



コン太

不妊治療の専門クリニックの理事 Dr. シオタニと相棒のきつねコン太。プレコンのことをレクチャーしてくれる頼もしい存在。



