

奈良県 性と健康の相談センター事業の一環として  
奈良県で高校生・大学生向けに、プレコンセプションケアに関する  
無料オンラインセミナーを3月8日(日)に開催します

「子どもを願うすべての人によりそい 幸せな人生を歩める社会をつくる」をビジョンに掲げ、法人の従業員向け福利厚生や自治体の住民向け支援を行うヘルスケアサポートサービス「ファミワン」  
<https://famione.com/benefit/> などを展開する株式会社ファミワン(本社:東京都渋谷区、代表取締役:石川勇介)は、奈良県(県知事:山下 真)のプレコンセプションケア推進の一環として、2026 年 3 月 8 日(日)にオンラインセミナー「そのときに慌てないために～将来の妊娠にそなえて～」を開催いたします。

奈良県 性と健康の相談センター  
奈良県 性と健康の相談センター事業  
オンラインセミナー  
奈良県  
高校生・大学生  
大歓迎!  
顔出し(不参・匿名参加)  
お気軽にご参加ください!!  
そのときに  
慌てないために  
～将来の妊娠にそなえて～  
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  
famione  
2026年  
日時 3月8日(日)  
19:00～20:30  
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  
各章ごとの  
アーカイブ配信あり  
気になるところだけ  
あとで見返りOK

本セミナーは、奈良県の高中生・大学生等を主な対象とし、これからのライフデザインを考える上で大切となるプレコンセプションケアをテーマに開催します。

講師には、ファミワンの看護師・不妊カウンセラーの示村 英実が登壇します。セミナーでは、プレコンセプションケアの基礎知識をはじめ、プレコンチェックシートを活用したワークタイムも導入しながら分かりやすく解説します。また、事前に知っておくと安心な妊娠が分かったときの対応や出産までの流れ、活用できる制度などを具体的にお伝えします。さらに、ライフデザインの考え方を通して、具体的な避妊の方法や性感染症についても触れていきます。日常で聞きづらいことや気になっていたけど聞く機会がなかったことも専門家から聞ける機会となっておりますので、ぜひ奮ってご参加ください。アーカイブ視聴のみを希望の場合も申込が必要となります。また、事前のご質問も受け付けておりますので、お気軽にお寄せください。

### ■セミナー概要

「\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～」

【開催日時】2026 年 3 月 8 日(日) 19:00～20:30

【講師】示村 英実 看護師・不妊カウンセラー(株式会社ファミワン)

【開催形式】オンライン(Zoom ウェビナー)開催

※匿名・顔出しなし OK

【参加費】無料

【対象者】奈良県内の高校生、大学生等、その他テーマに興味のある方

【申込方法】下記 URL フォームよりお申込みいただけます。

<https://forms.gle/Jh2azLfckQuD5J9k7>

※事前質問も受付しております。

※後日アーカイブ配信も予定しております。当日参加できない方も、ぜひお申込みください。

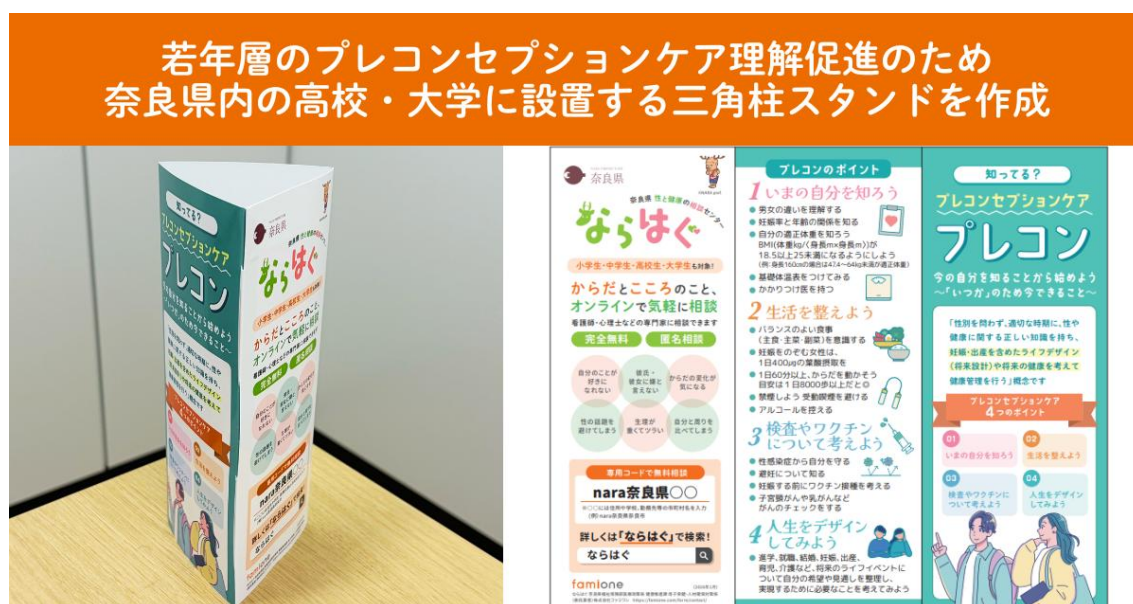
【申込期限】2026 年 3 月 8 日(日) 18:30 まで

【事前質問】2026 年 3 月 1 日(日)まで

## ■奈良県のプレコンセプションケア取り組み事例

ファミワンは、奈良県からの委託で、2024 年の奈良県 性と健康の相談センター「ならはぐ」の開  
設から伴走を続けてきました。2024 年 10 月には、奈良県内の保健所・市町村保健師・学校関係  
者の方向けに「プレコンセプションケアを知ろう・語ろう」をテーマにオンラインセミナーを開催し、関  
係者の知識を深める機会となりました。

2026 年 1 月には、奈良県内の若年層に「プレコンセプションケア」への興味関心を高める工夫の  
一つとして、県内の高校・大学に設置するための広報ツール「三角柱スタンド」を作成しました。



## ■奈良県 性と健康の相談センター「ならはぐ」の概要

奈良県では、県内どの地域においても、安心して子どもを産み、育て、すべての成育過程にあ  
る方々が健やかに育つことを目指す姿としています。あらゆる世代の性と健康に関する悩みや不  
安の解消及び正しい知識の普及啓発を図るため、不妊・不育や、妊娠・出産、自分の性に関する  
こと、更年期やパートナー間コミュニケーションなどに関する幅広い悩みや相談に対応します。  
また、相談は当事者だけではなく周囲の支える立場の方からも受け付けています。相談は匿名で  
でき、性別や年齢問わず、どなたでも安心して気軽に利用できる事業としてサポートを行ってい  
きます。

ファミワンでは、本事業の委託を受け、性と健康に関する包括的かつ専門的な相談支援及びセ  
ミナーの実施等を企画・運営しております。

【事業についてのお問い合わせ】

奈良県福祉保険部医療政策局健康推進課 電話番号 0742-27-8661

【奈良県性と健康の相談センター「ならはぐ」 ホームページ】

<https://www.pref.nara.jp/66254.htm>



奈良県在住・在学・在勤の方が対象！  
クーポンで無料相談！

奈良県 性と健康の相談センター



妊娠・出産をとりまく様々な悩み  
スマホから相談してみませんか？

看護師や臨床心理士をはじめとした専門職に、  
テキストメッセージやzoom等を使った相談で気軽に、  
男女問わず、匿名で相談ができます。



## ■福利厚生サービス「ファミワン」の概要

### 組織全体の風土づくり × 当事者の個別サポートの2軸でご支援

福利厚生サービス「ファミワン」は、「専門家によるセミナー/研修を通じての従業員のリテラシー向上や社内風土の醸成」、そして「オンライン健康相談による従業員個々のサポート」の両側面から、企業の健康経営や両立支援の促進、女性活躍推進を支援します。

「ファミワン」導入企業の社員/従業員は、オンライン上で時間や場所を選ばず、社外の看護師や心理士、キャリアコンサルタントなどの有資格者に多様なテーマについての相談が可能です。匿名でかつ内容を会社に知られずに相談できる環境を提供することで、心理的安全性を高めるとともに従業員満足度の向上が期待できます。さらに、早期に悩みを相談し自身の身体や心の状態に気づくことで、行動変容を促し、不調を未然に防ぐ効果も期待できます。

また、全従業員を対象に、プロフェッショナル講師陣によるセミナー/研修を提供し、会社全体のリテラシーを高めます。特に女性特有の健康課題に対しては、約7割の女性従業員が上司・周囲の理解を望んでいます\*1。管理職や支える側の従業員など、当事者以外へ正しい知識を提供し、理解を促すことで支援の幅の拡大に貢献します。セミナー/研修のテーマは、各社のニーズや課題感に応じてカスタマイズ\*2が可能です。

2018年9月より、法人向け福利厚生プログラムの提供を開始。小田急電鉄やTBS厚生会などへの福利厚生導入に加えて、ソニー、全日本空輸株式会社(ANA)、伊藤忠労働組合などへもセミナーを提供しています。自治体への提供としても、神奈川県横須賀市をはじめ、長崎県、東京都杉並区、世田谷区、広島県三原市、群馬県邑楽町など、都道府県単位から中核都市、そして数万人規模の市区町村まで幅広く提供を行っております。

※本サービスは医療行為ではないため、診断や処方はいりません。

▶ファミワン 法人向け福利厚生サービス <https://famione.com/benefit>

▶自治体向け「妊活 LINE サポート事業」 <https://famione.com/local/>

\*1 出所:働く女性のウェルネス向上委員会 HP より(東京都実施,2023-5,都内で働く女性 3500人 + 企業担当者 200人へのアンケート調査結果)

\*2 不妊治療の基礎知識、卵子凍結などプレコンセプションケアの啓発、月経・PMS、更年期などの健康課題、ライフプランや人間関係、メンタルケアまで多彩なテーマに対応



専門家が妊活・不妊治療をフルサポート

## 全国で専門家 50<sup>\*</sup> 名がサポート

不妊症看護認定看護師・臨床心理士・胚培養士・管理栄養士・  
保健師・薬剤師・キャリアカウンセラー・助産師など

※2024年3月現在

famione

### <会社情報>

#### 株式会社ファミワン

所在地 〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂1丁目10番8号渋谷道玄坂東急ビル 2F-C  
代表者 代表取締役 石川 勇介  
設立日 2015年6月1日  
URL <https://famione.co.jp/>

▶ファミワン 法人向け福利厚生サービス <https://famione.com/benefit>

▶自治体向け「妊活 LINE サポート事業」 <https://famione.com/local/>

【本件に関するお問い合わせ先】

株式会社ファミワン 広報担当 Mail: [info@famione.com](mailto:info@famione.com) TEL: 080-2243-6995