

将来、妊娠・出産を考えている方へ。 「TOKYO プレコンゼミ」で 大事な二人の未来のこと、 考えませんか？

将来の妊娠・出産に備えて健康管理を行う
「プレコンセプションケア」。

「何から始めればいいのか？」

東京都が開催する「TOKYO プレコンゼミ」では、
専門家による講座やアドバイスを通じて、
みなさまの疑問にお答えします。



この機会に、プレコンセプションケアの専門家による講座や助言を受けてみませんか。
ぜひご応募ください。

内 容

①未来の家族を考えたとき、知っておきたいこと。

生活習慣～知っておきたい検査値（AMH 検査・風しん抗体検査）～妊娠成立に関する知識
（講師：国立成育医療研究センター医師）

※AMH 検査＝卵巣内に卵子がどの程度残っているのかを調べる検査

②妊娠・出産前のヘルスチェック支援のご案内

※本講座を受講し、AMH 検査のことを正しく理解した上で希望する方は、AMH 検査と国立成育医療研究センターの医師からの助言・相談を無料で受けられます。

対 象

妊娠・出産をこれから考える、都内在住の 18～39 歳のカップル

※既婚・未婚を問いません。

日 時

7 月末以降、月 1 回程度

会 場

都内各所（会場とオンラインによるハイブリッド開催）

※講座の開催時間と会場は回により異なります。詳細はホームページをご覧ください。

定 員

各回 25 組 50 人程度

※定員は、会場等の都合により、異なる可能性があります。

申し込み方法

各回の申込締切（おおむね開催の 1 週間前）までに、

専用 WEB フォームからお申込みください。

詳細はホームページをご覧ください。



問い合わせ

子供・子育て支援部 家庭支援課 ☎ 03-5320-4557