

テーマは「未来につながるプレコンセプションケア」
**横浜市 ヨコハマ妊活 SNS 相談事業の一環として、
無料オンラインセミナーを 6 月 29 日(日)に開催します**

「子どもを願うすべての人によりよい 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、神奈川県横浜市(市長:山中竹春、以下横浜市)の「ヨコハマ妊活 SNS 相談事業」委託事業の一環として、2025 年 6 月 29 日(日)「未来につながるプレコンセプションケア-月経・PMS と上手に付き合うコツ-」をテーマにオンラインセミナーを開催いたします。

横浜市
オンライン開催 (アーカイブ配信あり) 参加費無料

未来につながる
プレコンセプションケア
-月経・PMS と上手に付き合うコツ-

2025
6/29 日 14:00-15:00

[対象者] 主に20・30代の若年層の女性

—第1章—
プレコンセプションケア

—第2章—
月経とPMSと
付き合うコツ

—第3章—
運動を取り入れよう
動画

famione

本セミナーは、横浜市に在住・在勤・在学の方を主な対象として開催されます。「プレコンセプションケア」をテーマとし、今の自分が未来の自分や子どもたちのためにできるセルフケアについて正しく理解し、若い男女が将来のライフプランを考えながら日々の生活や健康に向き合うことを目的としています。

講師には、ファミワンの看護師・不妊カウンセラー 示村 英実が登壇します。プレコンセプションケアの基本から、月経・PMS との付き合い方、妊娠準備の基礎知識、さらに自宅でする運動まで幅広く解説します。ご自身の健やかな未来への第一歩として、一緒に「プレコンセプションケア」について学びませんか？事前の質問も受け付けており、専門家が皆さんの疑問にお答えします。ぜひお気軽にご参加ください。

■セミナー概要

「未来につながるプレコンセプションケア-月経・PMS と上手に付き合うコツ-」

【開催日時】2025 年 6 月 29 日(日) 14:00~15:00

【講師】看護師・不妊カウンセラー 示村 英実 (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 ※名前・顔出しなし

【参加費】無料

【対象者】横浜市在住・在勤・在学の方、テーマに関心のある方

【申込方法】下記 URL フォームよりお申込みいただけます。

<https://form.run/@yokohama20250629>

※事前質問も受付しております。

※アーカイブ配信もあります。当日参加できない方も、ぜひお申込みください。

【申込期限】2025 年 6 月 29 日(日) 14 時迄 (事前質問は 6/22(日)迄)

■ヨコハマ妊活 SNS 相談事業について

本事業では、妊活や不妊に関する悩みは身近な周囲の人に相談しづらく、結果として悩みを一人で抱え込んでしまうという課題を踏まえ、匿名で気軽に相談することで、必要な情報を得ることができ、気持ちが楽になる実感を得られるようになることを目的としています。

妊活・不妊治療についてだけではなく、妊娠・出産、不妊・不育、流産・死産、性の問題等（避妊や性行為に関する相談、メンタルヘルスケア、夫婦間のコミュニケーション等を含む）などに関する悩みへの相談に対応していきます。

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ます。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。

【事業に関するお問い合わせ】

横浜市こども青少年局地域子育て支援課 045-671-2455

<https://www.city.yokohama.lg.jp/kosodate-kyoiku/oyakokenko/teate/josei/soudan.html>

■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^{*} 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 TEL: 080-2243-6995