

**ライフステージごとに生じる心身の変化や健康課題の悩みに対応
東京都中央区「からだみらいサポート事業」として、
ファミワンのヘルスケア相談サポートの提供を開始しました**

「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、東京都中央区(区長:山本 泰人、以下中央区)からの委託を受け「からだみらいサポート事業 ちゅうおうプレコン相談」において、令和8年度よりファミワンのヘルスケア相談サポートの提供を開始しました。

**東京都中央区『からだみらいサポート事業』として
ファミワンのヘルスケア相談サポートの提供を開始しました**



中央区では、将来の結婚・妊娠の希望に関わらず、すべての区民が安心してライフステージを歩める社会を目指し、プレコンセプションケアを推進しています。「プレコンセプションケア」とは、性別を問わず、適切な時期に、性や健康に関する正しい知識を持ち、妊娠・出産を含めたライフデザイン(将来設計)や将来の健康を考えて健康管理を行うことを指します。

ファミワンは本事業において、ファミワンのヘルスケア相談サービスを提供します。相談内容は、思春期における悩み、結婚、妊娠、出産、子育てなど、ライフステージごとに生じる身体・心の変化や様々な健康課題に対して幅広く対応します。多職種の専門家がオンラインを通じて、区民の一人ひとりに寄り添った伴走支援を行っていきます。

また、2026年8月28日(金)には、中央区に在住・在学・在勤の方を対象にしたオンラインセミナーも開催予定です。「月経・PMSを知って、将来のための「プレコン」をはじめよう～専門家が解説！自分を整えるカラダのヒント～」をテーマに、ファミワンの代表看護師・不妊症看護認定看護師の西岡 有可が登壇・解説をいたします。講師への事前質問も募集しております。月経やPMSに悩む当事者はもちろん、保護者やパートナー、周囲で支えるすべての方へ。性別や世代を問わず、ぜひお気軽にご参加ください。

■セミナー概要

【開催日時】 8月28日(金)18:30～19:30

【テーマ】 「月経・PMSを知って、将来のための「プレコン」をはじめよう～専門家が解説！自分を整えるカラダのヒント～」

【講師】 西岡 有可 代表看護師・不妊症看護認定看護師(株式会社ファミワン)

【対象】 東京都中央区に在住・在学・在勤の方対象

【内容】

本セミナーでは、「なんとなく調子が悪い」(月経・PMS)の基礎知識から、適切な受診のタイミン

グやセルフケアなど具体的な対処法を学んでいきます。将来の健康管理を見据えた「プレコンセプションケア」の視点を取り入れることで、キャリアやライフプランを自分らしく主体的に選択するためのヘルスリテラシーを習得できます。

【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/@chuo-seminar20260828>

※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。

■東京都中央区 保健所健康推進課のコメント

この度、本区のプレコンセプションケア事業の取り組みとして「からだみらいサポート事業 ちゅうおうプレコン相談」を開始いたしました。ライフステージに応じたこころと身体のケア、妊活、月経トラブル、パートナーとの関係、生活習慣、更年期症状など、幅広く専門家が相談をお受けいたします。区内在住・在勤・在学者であれば、子どもを持つことの希望の有無や性別を問わず、どなたでもご相談いただけます。

また、夏期には月経・PMS に関するオンラインセミナーも開催いたします。より多くの方のからだのみらいをサポートできるよう、実施いたしますので、ぜひご利用ください。

【中央区ホームページ(プレコンセプションケア事業)】

<https://www.city.chuo.lg.jp/a0031/kenkouiryou/kenkou/kenkouzoushin/preconception.html>

CHUO CITY からだみらいサポート事業

ちゅうおうプレコン相談

様々なお悩みを専門家にスマホから無料相談

こころと身体のケア 妊活 月経トラブル パートナーとの関係

そのほか相談できる事例は裏面をご参照ください

? プレコン ?
(プレコンセプションケア)とは
性別を問わず、適切な時期に、性や健康に関する正しい知識を持ち、妊娠・出産を含めたライフデザイン(将来設計)や将来の健康を考えて健康管理を行うことです。

テキストメッセージやzoom等を使って男女問わず、匿名で相談ができます。

看護師や臨床心理士に身体やこころのことお悩みなど気軽に相談できます。

匿名希望(女性) 2023/02/28
30歳女性です。そろそろ妊活を始めようと思っていますが、何から始めたら良いかわかりません。自宅でもできることあるのでしょうか。

看護師 2023/02/28
ご相談ありがとうございます。これから妊活を始めようというところですね。おうち妊活おすすめなのは基礎

■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」は、専門家セミナーによる「風土醸成」と、オンライン相談による「個別の当事者サポート」により、企業の健康経営や女性活躍を支援する福利厚生の提供、そして自治体における住民支援を行っています。利用者は看護師や心理士等の有資格者に匿名で相談でき、心理的安全性の向上や不調の未然防止に寄与します。また、企業や地域の課題に合わせてカスタマイズしたセミナーや研修により、当事者のみならず周囲の支援者も含めた組織・地域全体のリテラシー向上を図ります。

2018年の提供開始以来、小田急電鉄やTBS厚生会、大成建設、NTT、講談社等の民間企業から、神奈川県横須賀市や東京都世田谷区、広島県三原市、群馬県邑楽町、茨城県、奈良県、山梨県等の各自治体に幅広く導入。特にプレコンセプションケアや働く人々の健康課題、DE&I推進

の領域において国内トップクラスの実績を有しています。
※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/>

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