

「プレコンセプションケア」を 知っていますか？

～わたしたちのライフプランと毎日の生活習慣～

プレコンセプションケアとは、将来の妊娠を含めたライフプランを考えながら、女性やカップルが自分たちの生活や健康に向き合うことです。自己管理して健康的な生活習慣を身につけることは、健康を維持し、より素敵な人生をおくることにつながるでしょう。

●日時: 令和6年12月12日(木) 19:00～20:30
受付18:30～

●場所: 久留米シティプラザ 大会議室(久留米シティプラザ5階)

●講師: 産婦人科医 中島 章 氏

●定員: 100名程度

講師紹介

中島 章(なかしま あきら)

産婦人科医。日本産科婦人科学会 産婦人科専門医、日本生殖医学会 生殖医療専門医。不妊治療の現場で夫婦の健康問題に気づき、妊娠前の健康管理(プレコンセプションケア)を診療の軸に取り入れ、食事や生活習慣の改善を通じて、女性とその家族の健康を包括的にサポートしている。

申込開始
令和6年
9月24日(火)

参加費
無料

◆お申し込み方法◆

開催日の1週間前までに、右の二次元バーコードからお申し込みください。
(手話通訳・要約筆記が必要な方は開催日の10日前までにお申し込みください。)
※定員に達した場合でも、キャンセル発生等で予約できることがありますので、ご希望の方はお電話でお問い合わせください。

申し込みはこちら



◆お問い合わせ先◆ 久留米市子ども未来部こども子育てサポートセンター
TEL:0942-30-9731 FAX:0942-30-9718
Email:kokosapo@city.kurume.lg.jp

フレコンってなに？

プレコン(プレコンセプションケア)は、今と未来の自分だけでなく、次世代すなわち、未来の子どもたちの健康にもつながります。早い段階から正しい知識を得て健康的な生活を送ることで、将来の健やかな妊娠や出産につながり、未来の子どもの健康の可能性を広げます。

今なぜフレコンセプションケアなの？

▶リスクのある妊娠の増加

若い女性のやせと肥満の増加、出産年齢の高齢化などから、リスクの高い妊娠が増加しています。プレコンセプションケアを行って、妊娠前にリスクを減らしていくことが、健やかな妊娠・出産や生まれてくる赤ちゃんの健康につながります。

▶不妊の増加

「生理不順を放置していた」「生理痛をがまんしていた」などが将来の不妊の原因となることがあります。妊娠や出産に関する正しい知識を得て行動し、将来の不妊のリスクを減らしましょう。

▶人生100年時代を生きるために

子どもを持つ選択をするかしないかに関わらず、プレコンセプションケアを実施することで、より豊かな人生につながるでしょう。

●会場案内

久留米シティプラザ
(久留米市六ツ門町8-1)

【JR久留米駅から】

- ▶路線バスで約10分「六ツ門・シティプラザ前」下車すぐ
- ▶徒歩約20分

【西鉄久留米駅から】

- ▶路線バスで約5分「六ツ門・シティプラザ前」下車すぐ
- ▶徒歩約10分

【久留米インターチェンジから】

- ▶自動車約15分

【地下駐車場について】

- ▶駐車台数:109台
- ▶利用時間:7時30分～22時30分
- ▶駐車料金:最初の1時間は200円、以後30分ごとに100円
(4時間以上12時間以内800円、12時間以降は時間ごとに100円)

久留米シティプラザ周辺の駐車場については、久留米市中心市街地駐車場案内「くるっぱナビ」をご覧ください。

久留米シティプラザ周辺地図

