

今日から始める

プレコンセプションケア



プレコンセプションケアとは、性別を問わず若い世代が将来のライフプランを考え、日々の生活や健康と向き合うことです。性や妊娠について正しく知ることは、自分や大切な人を守ることにもつながります。

問い合わせ

すこやかセンター ☎21・8118

幅広い世代でライフステージに合わせて活用!

「ルナルナ(プレミアムコース)」が無料

無償利用可能期間：2028年6月30日まで

小・中学生から更年期世代まで、ライフステージに合わせて利用できます。手軽に情報にアクセスでき、自身の健康管理に役立てられます。

プレミアムコースでできること

- 体調や健康状態を確認できるセルフチェック機能
- パートナーと情報を共有できる機能
- 妊娠の可能性が高い日の予測 など

問い合わせ 石川県健康福祉部 少子化対策監室 子育て支援課
☎076・225・1424



登録は
こちらから



いしかわプレ妊活健診

将来子供を望む夫婦(事実婚を含む)を対象として、本格的に妊活について考える前に、夫婦それぞれの健康状態のチェックや妊娠に関する正しい知識を専門家から学ぶことができます。

詳細・申し込みは
こちらから▶



夫婦でどんな健康管理
をしておくのが良
いか、相談したい。

受診結果って数字ばかり…。
これって、何を意味しているの?
身体で何が起こっているの?



今の身体の
状態を確認して
みませんか?



健診を受けた夫婦へのサポート

夫婦それぞれが健康状態を把握し合うことは、妊娠や育児、健康な生活の大切な土台作りになります。相談では、健診結果の説明や生活習慣のアドバイスを行います。

と ころ 自宅またはすこやかセンター
対 象 プレ妊活健診を受診した夫婦
申込方法 すこやかセンターに電話