

相模原市からのお知らせ
対象：市内在住・在学・在勤の方

さがみはらプレコン

公式LINEアカウント はじめます

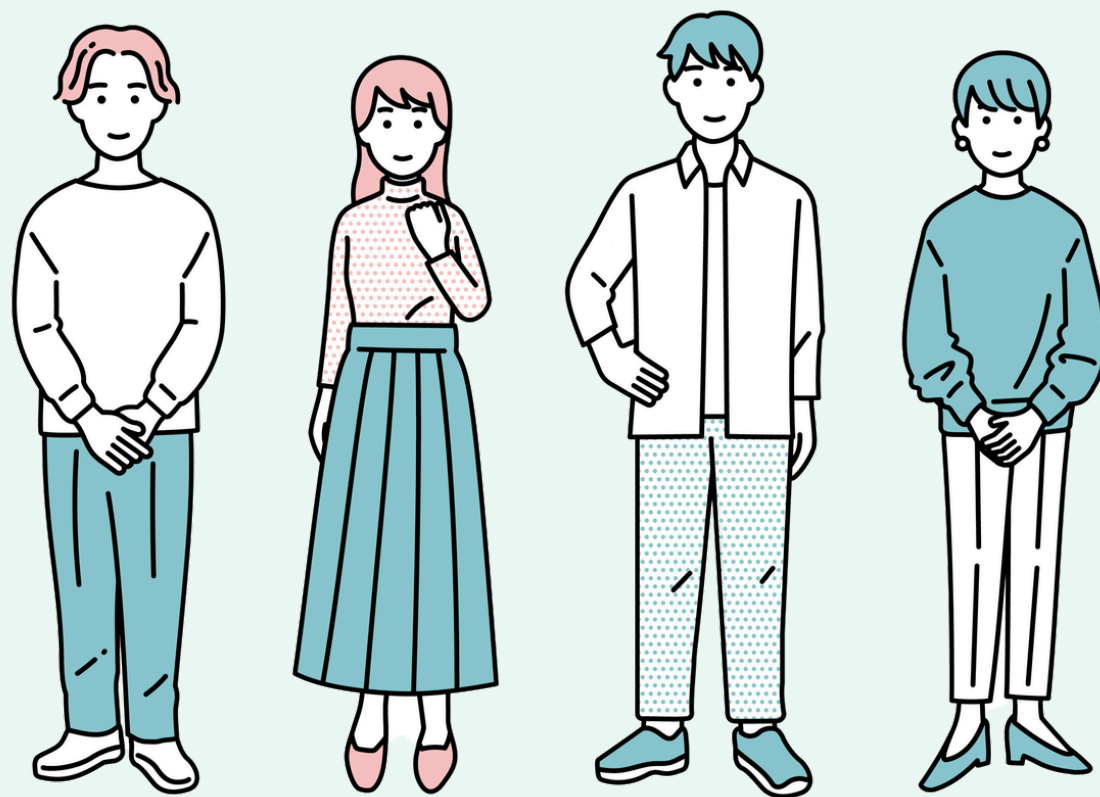
※さがみはらプレコンは相模原市が株式会社グレイスグループに委託した事業です。
※プレコン（プレコンセプションケア）は、性や妊娠、出産を含めたライフデザインを考えて、日々の生活や健康と向き合うことです。

自分のために知っておきたい、新しいヘルスケア

「選べる未来」を、いま、つくる。

誰にも言えないカラダの悩み
どうすればいい？

ひとりで悩まずに
気軽にご相談ください



いつか子どもが欲しいけれど
今からできる準備はある？

年齢・性別問わず
ささいなことでも相談OK



専門家による
オンライン相談

不妊症看護認定看護師・胚培養士
臨床心理士・管理栄養士など
多様な専門職にLINEから
あなたのペースで相談できます

相談無料

秘密厳守

匿名OK

※24時間受付、原則3日以内に返信
ただし、日曜・祝日・年末年始を除く
※通信費は自己負担となります
※必要時、ZOOMでのオンライン通話相談
も利用できます

相談できる内容

- ✓ 将来の妊娠、出産を含めた健康づくり
- ✓ 生活習慣(食生活、睡眠など)やライフデザインの悩み・疑問
- ✓ 月経トラブルや避妊、性感染症など
- ✓ 妊活や不妊治療など
- ✓ パートナーとのコミュニケーションの取り方
- ✓ 流産・死産を経験された方のこころのケア（グリーフケア）



特設サイト開設
プレコン診断



公式LINEを通じた
情報発信



近日公開予定
啓発動画の配信



友だち登録募集中！

QRコードまたはID 検索から
LINEの「友だち登録」してください



LINE ID：@sagamihara_precon