

プレコンセプションケア ～自分の人生をデザインするための ヘルスケアを知ろう～

プレコンセプションケアとは、将来の妊娠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。妊娠前の生活習慣や健康行動は、将来生まれる子どもの健康に影響するだけでなく、自身の将来の健康にも影響します。プレコンセプションケアについて知り、自分自身の健康管理について考えてみましょう。

3月1日(土)

13:30～15:30



Zoom開催
参加無料

どなたでも参加できます

【講座1】

月経とセルフケア

秋田大学医学系研究科保健学専攻看護学専攻
助教 須田智美

自分の月経周期を知り、セルフケア方法を考えます

【講座2】

子宮頸がんワクチン

秋田大学医学系研究科保健学専攻看護学専攻
講師 工藤直子

HPV（ヒトパピローマウイルス）感染が引き起こすリスク
予防策について学びます

【講座3】

グループワーク

秋田大学医学系研究科保健学専攻看護学専攻
教授 成田好美

女性の健康を守るケアをどのように日常生活に取り入れるか
皆さんで考えましょう

【申込方法】

QRコードもしくはURLから申し込んでください
開催前にZoom情報を、担当よりご連絡します



<https://forms.office.com/r/vzctNfudaU>

【申込締切】 2025年2月27日(木)

【お問い合わせ】

秋田大学医学系研究科保健学専攻 看護学講座
須田智美 stomomi@hs.akita-u.ac.jp