

## これからの妊娠をお考えのあなたへ ～ハッピーベビカムセミナー～

あなたのライフプランとタイミングを大切に、健やかな妊娠・出産を迎えるためには、妊娠前の今から心と体のケアを始めることが大切です。妊娠前からの健康な体づくりの必要性や妊娠に関するリスク因子を学び、自身のライフプランやその実現に向けた生活習慣・セルフケアについて考えてみませんか。

- 対象者 市内在住、在勤で、これからの妊娠・出産を考える（可能性がある）方  
※パートナーとの参加も可
- 日 時 令和7年1月14日（火） 午後6時～7時30分
- 会場／定員 対面及びオンラインのハイブリッド形式での実施 ※匿名でも申込み・ご参加いただけます
  - 対面 けやき会館 小研修室（相模原市中央区富士見6-6-23）／定員10名
  - オンライン Webexでの配信／定員50名
- 内 容 講義（妊娠に関連する男女のからだの特徴・妊孕性、妊娠前から気を付けたい生活習慣 など）

講師 荻野 弓希子 医師（ゆきこレディースクリニック、北里大学病院）



北里大学医学部を卒業後、同産婦人科のほか淵野辺総合病院等に勤務。生殖内分泌、女性ヘルスケアを大切に考え、女性特有の症状や診察への配慮の元、産婦人科の敷居を低くし病気の早期発見につなげたい、変化の多い女性の一生を少しでも快適に過ごせる支援をしたいとの思いから、2022年に相模原市中央区にゆきこレディースクリニックを開院。

### お申し込み方法

参加料無料

以下の二次元コードより、申し込みフォームにご入力いただき、お申し込みください。

※申込期間 12月2日(月)～1月10日(金)  
<https://logoform.jp/form/oWjU/816614>

