

# 「妊活・心理」セミナー

「妊活中に必要な運動・栄養」について、また「不妊治療中のこころの状態」について情報提供していくセミナーです。当院に通院されていない方もご参加いただけます！

予約  
受付中!

## 妊活 セミナー

### テーマ：低体温について

寒くなるこの季節。冷え性、低体温で悩んでおられる方も多いと思います。妊娠にとって「冷えは良くない」と言われていますが、どんな関係があるのでしょうか。このセミナーの参加を機会にご自身の生活を見直し、冷えを改善させ妊娠力をアップさせましょう。

○担当/当院看護師(助産師・体外受精コーディネーター)

## 心理 セミナー

### テーマ：不妊ストレスとどう付き合うか

「子どもを授かることができない状態」は女性に大きなストレスを与え、夫婦間にも悪影響を及ぼすことはよく起こっていることです。「ストレス」は妊活にとって良くないのはご存知だと思いますが、「なぜ良くないのか」または「ストレスとどう付き合っていくか」といった内容を中心にお話する予定です。少しでも妊活中のストレスと上手に付き合いながら治療が受けられるようにお手伝いできればと思います。

○担当/当院生殖心理カウンセラー・臨床心理士

日時 12月7日(土) 14:30～  
16:30

場所 5F 多目的室

●定員：30名程度(先着順) ※当院の患者さまでない方もご参加いただけます。

●参加費：無料

●予約方法：<当院の患者さま>  
ホームページおよび院内の  
タッチパネルで『説明会カウ  
セリング』⇒『セミナー』の順で  
選択してご予約ください。

<当院の患者さまでない方>  
まずは当院ホームページ[Web予約の方法]→[予約システム画面は  
こちら]→[ご利用登録]にて仮IDを取得してください。再度[Web予  
約の方法]→[予約システム画面はこちら]に入り、『説明会カウセ  
リング』⇒『セミナー』の順で選択してご予約ください。

◎ご夫婦での参加も大歓迎です。皆様のご参加を心よりお待ちしております。  
※当日のキャンセルはご遠慮ください。※予約システムから予約できない場合は、直接受付にお申し込みください。

<詳しくは、受付スタッフまで>