



プレコンセプション検診 (プレコンチェック)

いつかは妊娠を考えたい女性に 今の健康状態をチェックします
妊娠の希望の有無やパートナーの有無にかかわらず、受診できます
ご自身やパートナー、将来の子供たちのヘルスケアにもつながります

今後のライフプランに役立てていただくための検診です

- 
- 
- ① プレコンって何??
 - ② 検査内容・プラン・料金・オプション
 - ③ 予約から結果説明までの流れ
 - ④ 予約について
 - ⑤ 問い合わせ先

プレコンって何・・・？

プレコンセプションケア

”プレコン”（プレコンセプションケア）は、妊娠前の健康チェックを指しますが、広くは若い男女が将来のライフプランを考えて、日々の生活や健康と向き合うことです。



次世代を担う子どもの健康にもつながります。いまは妊娠や結婚を考えていなくても、プレコンセプションケアを実施することでいまの自分をもっと健康になって、人生100年時代の満ち足りた自分（well-being）の実現につながります。

そのために提案します

① いまの自分を知ろう 適正体重、睡眠、ストレス、月経など

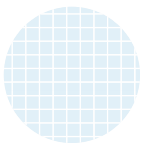
体重や月経は適正ですか 排便や排尿は健康のバロメーターです
よい睡眠は取れていますか
心や体のストレスサインはありませんか

② 生活を整えよう 栄養、運動、喫煙、飲酒など

バランスよく食べる(主食 副菜 主菜 乳製品 果物)ことを意識しましょう

しっかりとりたい栄養素・・・蛋白質、カルシウム、鉄分、葉酸
ビタミンB群, A, D

WHO（世界保健機関）が推奨するガイドラインでは、
1週間に150分以上の中程度の運動をすすめています



③ 自分の体をチェックしよう 感染症、生活習慣病、がんワクチン接種など

血糖や血圧、性感染症、風疹抗体などチェックしていますか
糖尿病・高血圧・腎臓病・自己免疫疾患（特に甲状腺）骨粗しょう症など、じつは若い女性にもみられる病気です

④ かかりつけ医をもとう 産婦人科医、歯科医、心療内科など

小さな疑問や不安のうちに早く解決しましょう

⑤ ライフプランを立てよう

自分の100歳までをデザインしましょう

そしてできることから1つずつ増やしていきましょう



プレコンチェックで自分らしい人生を実現しましょう



検査内容・プラン・料金

✓ シンプルプラン 会社検診などがおすみの方に

✗ 基本プラン

@ しっかりプラン

検診日は金曜日 14:00 1名

14:30 1名

検査項目 ※価格は全て税込みです。	A:シンプル	B:基本	C:しっかり	オプション
セット価格（身長、体重、BMI、体脂肪含む）	8,800円	26,400円	33,000円	
検尿、沈査		○	○	880円
血算、肝、腎機能、血糖		○	○	3,300円
甲状腺ホルモン（TSH,freeT4）	○	○	○	
風疹抗体	○	○	○	麻疹、おたふく 各2,200円
Ca、葉酸、血清鉄/UIBC、HbA1c	○	○	○	
感染症（B・C型肝炎、梅毒、HIV）		○	○	5,500円
クラミジア抗体 ※性交経験+の方にお勧めします	○	○	○	
子宮頸がん検査		○	○	3,300円 HPV代用同額
経膈エコー ※経腹でも可能です	○	○	○	
骨密度 DEXA法 ※BMI<18.5の方にお勧めします		○	○	2,200円 ビタミンD代用同額
AMH（卵巣年齢ホルモン）			○	6,600円
医師面談による結果説明（約1か月後） ※希望されない場合は郵送します				無料

予約から結果説明までの流れ

01 「予約」

*詳細は別紙

- インスタグラムからプレコンセプション検診申込フォーム（グーグルフォーム）に入力
- 病院ホームページからプレコンセプション検診申込フォーム（グーグルフォーム）に入力
- 電話にて申し込み（受付時間・平日/4時～/6時）

02 「当院から予約日等連絡」

予約フォームに入力していただいたメールアドレスに病院からご連絡いたします。当日記載いただく問診票もお送りいたします。医師が内容を確認してからになりますので数日お時間をいただきます。
メールアドレスはお間違いのないようお願いいたします。

03 「検診当日」

1階医事課にて受付後、産婦人科外来へお越しください。
詳しいご案内は予約のご連絡の際にお伝えいたします。

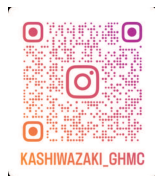
04 「結果説明」

検診結果が出たら結果説明に来院いただきます。
来れない場合は郵送も可能です。

予約について

柏崎総合医療センター公式Instagramまたは、病院ホームページにて「プレコンセプション検診」の案内をしています。そちらから予約フォームに入力してください。

柏崎総合医療センター公式Instagram→



柏崎総合医療センターホームページ→



予約フォームQRコードの読み取り→

(予約フォームに直接つながり、案内はご確認くださいませ)

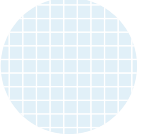


電話にて予約

柏崎総合医療センター産婦人科 電話番号 0257-23-2165

電話受付対応時間：平日 14時～16時まで

「プレコンセプション検診の予約について」とおっしゃってください



問い合わせ先

柏崎総合医療センター 産婦人科

☎ 0257-23-2165 ✉ preconkashiwazaki@gmail.com

電話での問い合わせ対応時間：平日14時～16時

*プレコンセプション検診のことでお問い合わせとおっしゃってください

📍 〒945-0051 新潟県柏崎市北半田2-11-3

