

無料 女性のLINE相談 匿名

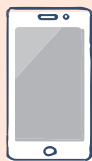
# \\ まるっと // ヘルスケア

看護師・心理士・栄養士など専門家に気軽にオンライン相談

受診するほどではない、  
病院で聞きづらいけど  
気になることがある

テキスト  
相談

Zoom  
相談



月経・妊娠

思春期の体  
PMS(月経前症候群)  
月経痛  
月経不順

健康・メンタル

婦人科疾患・更年期  
何となく体調が悪い  
不眠や  
気分の落ち込み

人間関係・仕事

家族や夫婦・  
パートナーとの  
コミュニケーション  
キャリア相談



女性はライフステージ毎に健康課題が変化していきます

女性ホルモン(エストロゲン)量

・月経痛・無月経  
・過度のダイエット  
・性感染症  
・望まない妊娠 など



小児期 8~18歳頃 思春期

・月経異常・子宮内膜症  
・子宮筋腫・子宮頸がん  
・乳がん・性感染症  
・妊娠や出産に伴うトラブル  
・不妊症 など



18~45歳頃 成熟期

・更年期障害・生活習慣病  
・子宮体がん・乳がん・卵巣がん  
・子宮頸がん・歯周病 など



45~55歳頃 更年期

・骨粗しょう症  
・尿失禁・生活習慣病  
・脂質異常症 など



老年期

参考:「母性看護学」宮里和子著 医学芸術社、厚生労働省ホームページ (第3回 女性の健康づくり推進懇談会の資料) 等

クーポンで無料! 二次元コードよりご登録ください

杉並区在住・在学・在勤の方 クーポンコード

sgnm杉並区○○○

※「○○○」には住所や学校先、勤務先の町名が入ります  
例)sgnm杉並区阿佐谷南

公式LINEから  
ご登録ください

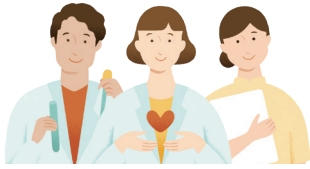
LINEの「友だち追加」から  
「QRコード」または「ID検索」  
で登録してください。

LINE ID:  
@famione-support



詳しい登録手順は裏面をご覧ください▶

# 専門家がチームでご相談に対応します！



ファミワンには様々な職種の専門家が約60名<sup>※</sup>在籍しています。相談内容にあった専門職のアドバイザーよりアドバイスをお送りいたしますので、どんなことでもお気軽にご利用くださいね。

※2026年1月現在



看護師



臨床心理士



管理栄養士



保健師



薬剤師

キャリアコンサルタント

助産師

胚培養士

他にも様々な専門家が在籍

## ご利用にはファミワンヘルスケア相談サポートに登録！

### STEP 1 会員登録

**LINEの友だち追加**



▶ LINE ID @famione-support

LINEメニュー「相談を始める」より登録をスタート



famione LINEアカウントで新規会員登録

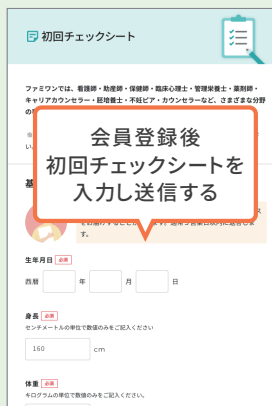


Webサイトを開き会員登録を行う



### STEP 2 チェックシートとクーポンコード入力

会員登録後初回チェックシートを入力送信する




「クーポンコードを追加」をタップ

クーポンコードを入力

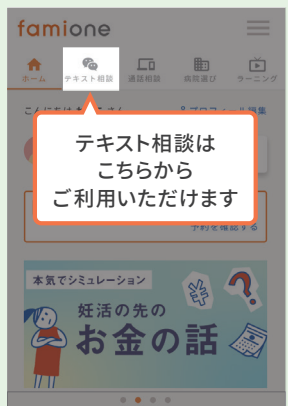
sgnm杉並区〇〇〇

※「〇〇〇」には住所や勤務先の町名が入ります  
例)sgnm杉並区阿佐谷南



### STEP 3 テキスト相談やZoomでの通話相談

テキスト相談はこちらからご利用いただけます



通話相談はこちらからご利用いただけます

