



# あなたのライフデザインを 考えてみよう



【高校生世代向け】

県HPはこちら▶



千葉県では、若い世代の皆さんに将来の様々なライフイベントについての知識や情報を知っていただくため、ライフデザイン動画を制作しました。ぜひご視聴ください。

YouTube「千葉県公式セミナーチャンネル」にて限定公開

公開期間：令和6（2024）年2月～令和8（2026）年3月31日（金）まで

高校生世代向け  
千葉県ライフデザイン事業

## あなたのライフデザインを 考えてみよう①

～自分らしい未来を描いてみよう～



動画①の内容（18分）

- ① ライフデザインについて知ろう
- ② 現代の若者を取り巻く社会
- ③ 多様な生き方と選択肢
- ④ ライフデザインについての知識や情報
- ⑤ ライフデザインを考えてみよう

動画はこちらから▼



高校生世代向け  
千葉県ライフデザイン事業

## あなたのライフデザインを 考えてみよう②

～自分らしい未来をかなえるために～



動画②の内容（17分）

- ① プレコンセプションケアって何？
- ② 妊娠について知る
- ③ 今からできるセルフケア
- ④ 自分も相手も大切に  
コミュニケーション

動画はこちらから▼



千葉県のホームページより「テキスト資料」「ライフデザインシート」  
「プレコンセプションケアチェックシート」がダウンロードできます。

お問い合わせ：千葉県健康福祉部子育て支援課こども未来室

電話043-223-2656 E-mail:kosodate5@mz.pref.chiba.lg.jp