

日本初！飛騨ではじまるアナタのためのケンシン

# ヒダ×10代ケンシン

なんで自分だけ？

親に話してもムダ

頭が痛い

もやもやする

朝起きられない

学校しんどい

友達の会話にうまく入れない

未来どうすれば

好きな子とHしたいけど

いらいら

死んだら楽だろうな

生理つらい

このニキビどうかならない？

妊娠したら  
どうなる？

全然やせられない



10代ケンシンって？

おとなになれば大丈夫？

自分のことがきらい

全部だるい

がまん、

がまん...

ケンシン  
無料

🔍 ヒダ 10代ケンシン

ひだ市に住んでいる  
または 通学している

**11 ~ 18 歳** のアナタへ

10代の健康の専門医が

あなたのところとからだの健康をいっしょに考える健康診査です

2024年  
期間：8 ~ 10月のご都合の良い日  
場所：古川いこい / 神岡たんぽぽ苑



ケンシン参加者には当日プレゼントあり♪

心配があるアナタも、  
毎日元気なアナタも  
お待ちしております



小児科・精神科医 阪下和美

# ヒダ×10代ケンシン

アナタをお待ちしています！

期間：2024年8～10月

場所：古川いこい / 神岡たんぽぽ苑

1

よやく  
予約サイトへ！

※変更・キャンセルは、といあわせ先（下記）までご連絡ください。



2

きぼう 希望の日にち・じかん 時間・ばしょ 場所を選ぶ

3

ひつようじこう 必要事項を入力して「予約」！

4

あなたのケンシン日時・場所を書きこみましょう

日にち            月            日            曜日

時間            時            分

場所           古川いこい / 神岡たんぽぽ苑          



しんぱいごと、からだのなやみ、学校や家のこと、性のこと  
親さんや学校さんには言いたくないこと、なんでも相談できます

といあわせ：

飛騨市地域生活安心支援センター ぶらす ふらっと+

メール [anshin@city.hida.lg.jp](mailto:anshin@city.hida.lg.jp)

でんわ 0577 - 54 - 0702

※メールの送信受付はいつでも行っていますが、ご回答までに1～3営業日をいただくことがあります。  
※電話ご対応窓口：平日（祝日をのぞく）9～12時、13～16時