

# みんなで創りあげていく、安心のためのコミュニティ

## 私のほっと コミュニティ **4H**

全国のママやパパはもちろん、  
助産師、保健師、NPO、行政、男女共同参画関係者、企業まで、  
皆さんの経験を持ち寄り、語るオンラインコミュニティ  
「私のほっとコミュニティ 4H」が誕生しました！



### こんなことができます

#### ニュース

ジョイセフからの  
お知らせや、女性の健康に  
役立つ情報を紹介します。

#### トーク・相談

困ったことや悩みごとを  
専門家やほかの参加者に  
相談したり、活動内容の  
報告・共有や関心のある  
テーマについて自由に  
意見交換できます。

#### チャレンジ

コミュニティに関する  
さまざまなチャレンジに  
参加できます。



コロナ禍での不安解消、災害に備えて平時から知っておきたいこと、  
子育ての声やアドバイス、誰かのチャレンジを応援、活動の発信など、  
ここはみなさんのいろいろな声が集まります。

ぜひ登録してください！  
登録・利用は無料です。

共有し、時には支え合い、  
知ることによって安心できる場です。



<https://bit.ly/3rrVqfH>

企画・運営  
公益財団法人 ジョイセフ

〒162-0843 東京都新宿区市谷田町1-10 保護会館新館  
TEL:03-3268-5875(代表) <https://www.joicfp.or.jp>

Supported by  
  
THE NIPPON  
FOUNDATION