

健診データ改善相談



健診結果や健康の相談を、個別で
保健師・管理栄養士がお受けします

「血圧、コレステロール、血糖値を下げたい」
「食事と運動に気をつけるよう言われた」
「普段の食事が偏っていないか、確認したい」
「今年こそ禁煙したい」など



★ご自分の健康について見直しませんか？★

事前予約制

ご家族の健康に
ついての相談も
お受けしています

【対象】市内在住の方

【場所】大横保健福祉センター 3階

【日時】毎月1～20日（**土日祝日を除く**）

① 9時30分～

② 10時30分～

③ 13時30分～

④ 14時30分～

相談時間
1人50分程度

【費用】無料

※相談は、事前の＜予約＞が必要です

【持ち物】市の健診結果・検査結果・食事記録(3日分)

(お持ちの方のみ)お薬手帳・血圧測定記録・糖尿病手帳

市の健診以外のデータでも
ご利用できます



ご希望の方には血圧測定・体重測定・
血管年齢測定等をおこなうこともできます

＜問い合わせ・申し込み＞

大横保健福祉センター(3階)

電話:042-625-9200

どうぞお気軽に
ご利用ください

