

健診データ改善相談

～食事・運動などの生活習慣や健康に関する相談～

対象：市内在住の方、またはご家族

内容：血糖値・コレステロール・中性脂肪・血圧等の改善アドバイス、貧血などの健康相談

持ち物：①健康診断の結果
②3日分の食事記録
③お薬手帳

会場：東浅川保健福祉センター

実施日時：右記日程

- ①午前10時～
 - ②午前11時～
 - ③午後1時30分～
 - ④午後2時30分～
- 一人50分程度



ご予約をお願いします

- ★保健師・栄養士が対応します
- ★健診結果の見方をお話します
- ★ご希望者には血管年齢測定も！

《徒歩案内》

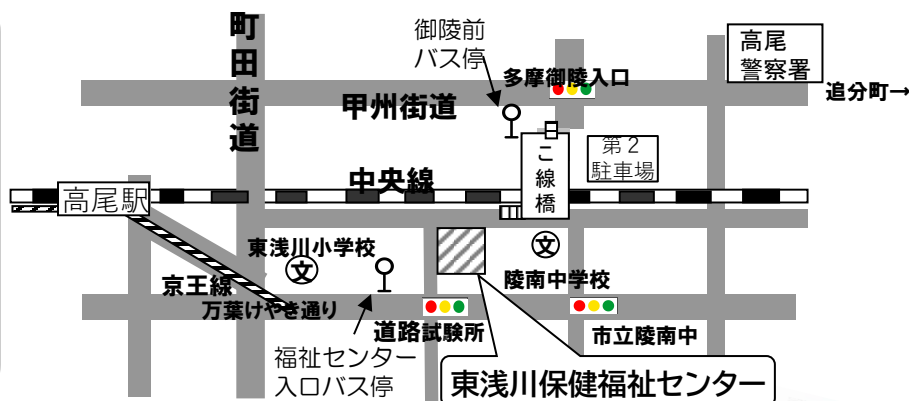
高尾駅南口から徒歩約13分

《バス案内》

・JR八王子駅北口⑩番乗り場より「館ヶ丘団地」行→「御陵前」下車
陵南こ線橋経由 徒歩約5分

・高尾駅南口④番バス乗り場より「西八王子駅南口」行き
→「福祉センター入り口」下車
徒歩約3分

令和8年度 相談日程一覧			
4月	10(金)	15(水)	21(火)
5月	7(木)	13(水)	18(月)
6月	5(金)	10(水)	15(月)
7月	6(月)	10(金)	21(火)
8月	3(月)	5(水)	19(水)
9月	7(月)	11(金)	15(火)
10月	6(火)	19(月)	21(水)
11月	5(木)	13(金)	16(月)
12月	7(月)	11(金)	16(水)
1月	7(木)	13(水)	18(月)
2月	5(金)	9(火)	17(水)
3月	3(水)	9(火)	12(金)



【お申込み・お問合わせ】 <東浅川保健福祉センター>
〒193-0834 東浅川町551-1
TEL 667-1331 FAX 667-7829

