

# 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、禁煙相談など

日時：毎週月曜日～金曜日（祝日・休館日は除く）  
午前9時30分から午後3時30分（一人50分程度）

持ち物：①健康診断の結果（最新のもの）  
②3日分の食事記録 ③お薬手帳

会場：  
・大横保健福祉センター  
・東浅川保健福祉センター  
・南大沢保健福祉センター



- ★保健師・管理栄養士が対応します。
- ★ご希望者には血管年齢測定もいたします。

ご予約をお願いします！



<お問い合わせ・お申し込み>

- 大横保健福祉センター 042-626-9200
- 東浅川保健福祉センター 042-667-1331
- 南大沢保健福祉センター 042-679-2205