

健診ネタ改善相談

～食事・運動などの生活習慣や健康に関する相談～

血圧・血糖値・コレステロール・中性脂肪が高めの方や、

「お腹周りが気になる…」

「健康のために食事はどう気をつければいいの？」

「どんな運動したらいいの？」

「禁煙してみようかな…」 など

※その他、歯・口腔ケアについてご相談できます。

みなさんの疑問・相談を保健師・管理栄養士・歯科衛生士がお受けします！
どうぞお気軽にご利用ください。

ご自身はもちろん
ご家族の健康に
ついての相談も
お気軽にどうぞ。

対象 市内在住の方

場所 東浅川保健福祉センター

日時 月曜から金曜まで（祝日・休館日は除く）
午前9時から午後4時まで

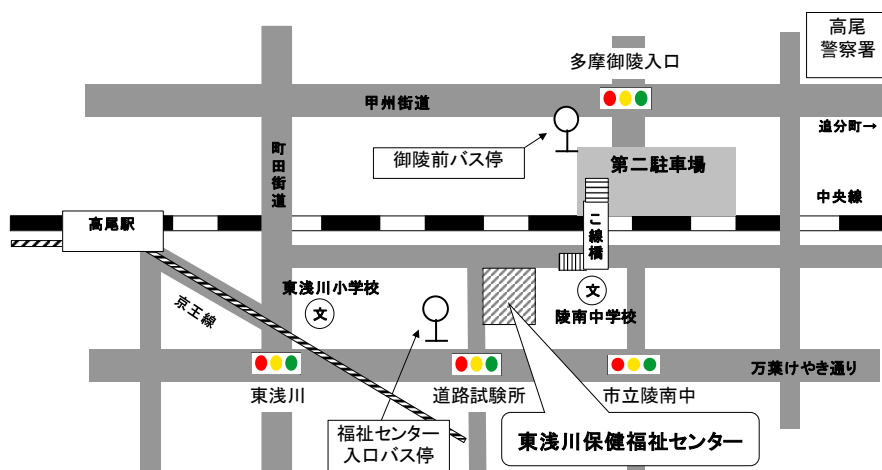
面接相談は予約制です
（電話またはFAXでご連絡ください）

<東浅川保健福祉センター>

《徒歩案内》
JR中央線・京王線「高尾」駅
南口徒歩約11分

《バス案内》
・高尾駅南口4番バス乗り場から
「西八王子駅南口」行きで「福祉セン
ター入り口」下車徒歩約3分

・京王線 京王八王子駅、JR八王
子駅から「館ヶ丘団地」行きで「御陵
前」下車 陵南こ線橋経由約5分



<問い合わせ・申し込み>

東浅川保健福祉センター：東浅川町551-1

電話番号：667-1331

FAX：667-7829