

健康相談のご案内

～事前予約制・無料～

健康に暮らしたい方，生活習慣病が気になる方
健康づくりのお手伝いをいたします。ぜひご利用ください。

健診を受けたけど，結果の見方
わからない…。
お医者さんに，血糖が高めと言われたけど，
どうすればいいの？



運動を始めたいけど，
いい方法がわからない…。
腰痛・ひざ痛を予防したい！



＊＊ 相談時間は 40 分程度 電話でお申し込みください ＊＊

< 会 場 > 新津健康センター1階 機能訓練室

< 時 間 > ①9:00～ ②9:45～ ③10:30～ ④11:15～

< 日にち > 毎月1回 午前 ☆キャンセルの場合は早めにご連絡ください。

4月2日(金)	8月6日(金)	12月3日(金)
5月7日(金)	9月3日(金)	1月7日(金)
6月4日(金)	10月1日(金)	2月4日(金)
7月2日(金)	11月5日(金)	3月4日(金)

<お申し込み・お問い合わせ>

秋葉区役所 健康福祉課 健康増進係

☎ 0250(25)5686