

令和2年度 中央区健康相談のご案内

特定健診などの結果を生活に活かせるよう、今の健康を見つめなおしてみませんか。

日頃の体調を確認できる、血圧・体組成の測定なども行っております。



健康づくりサポーター 中 央子

会場	東地域 保健福祉センター	南地域 保健福祉センター	中央地域 保健福祉センター
住所 電話	中央区東万代町9番52号 243-5312	中央区新和3丁目3-1 285-2373	中央区関屋下川原町1丁目3-11 266-5172
お申込み	必要（2日前まで） 5月8日(金)の申し込みは5月1日(金)まで	必要（2日前まで） 5月8日(金)の申し込みは5月1日(金)まで 8月11日(火)の申し込みは8月6日(木)まで	必要（2日前まで） 8月12日(水)の申し込みは8月7日(金)まで 1月13日(水)の申し込みは1月8日(金)まで
受付時間	午後1時30分 ～ 午後2時30分	午前9時15分 ～ 午前11時15分	① 午後1時30分～ ② 午後2時15分～
4月	10(金)	10(金)	8(水)
5月	8(金)	8(金)	13(水)
6月	12(金)	12(金)	10(水)
7月	10(金)	10(金)	8(水)
8月	7(金)※	11(火)※	12(水)
9月	11(金)	11(金)	9(水)
10月	9(金)	9(金)	14(水)
11月	13(金)	13(金)	11(水)
12月	11(金)	11(金)	9(水)
1月	8(金)	8(金)	13(水)
2月	12(金)	12(金)	10(水)
3月	12(金)	12(金)	10(水)

※印：定例日以外



内 容 保健師・栄養士による個別相談

○検査値の見方、病気を予防する生活や食事の工夫について

○血圧測定、体組成の測定、味噌汁の塩分測定など

(みそ汁の塩分測定希望の方は、かきまぜて汁のみ10cc程度お持ちください)

持ち物 健診や人間ドックの受診結果（お持ちの方）



【お申込み・お問合せ先】
各会場へご連絡ください

エワンです!

中央区へモグロビン
エワンシー普及犬

