

ご利用ください

健康推進課の

# 健康相談・栄養相談

予約制・無料

健康推進課では保健師・管理栄養士による健康についての相談を実施しています

場所: 市役所3階健康推進課

日付: 下記日程 14:00～15:30 開始

時間: 一人当たり30分

申込み: 電話072-463-1212

予約制

こんな悩みについて対応いたします。

- たばこをやめたい
- やせたい
- 健診はどこで受けられるの？
- がん検診ってどんなことをするの？
- 乳がんの自己触診のやり方を知りたい
- 私の血圧の測り方は合っているの？
- 私の食事はこれでいいの？
- 薄味にしているけどほんとうに薄いのかな？
- お腹周りだけへこませたい
- 体に良い食べ物ってどんなもの？
- 健診結果を説明してもらいたい

など

令和8年度

4月23日(木)	5月28日(木)	6月25日(木)	7月23日(木)	8月27日(木)	9月24日(木)
10月22日(木)	11月26日(木)	12月24日(木)	1月28日(木)	2月25日(木)	3月25日(木)