

# 健康相談(個別)

秋葉区では、健康づくりのお手伝いとして、保健師・栄養士による個別相談を行っています。お気軽に相談してください。

- ① 健診を受けたけど、結果の見方がわからない・・・
- ② 血圧・コレステロール・血糖値が高い、気をつけているけど数値が下がらない・・・
- ③ 運動しているのになかなか痩せない・・・ など



## 日程

4月 11日 (金)
5月 9日 (金)
6月 17日 (火)
7月 11日 (金)
8月 1日 (金)
9月 12日 (金)

10月 10日 (金)
11月 14日 (金)
12月 12日 (金)
1月 9日 (金)
2月 13日 (金)
3月 13日 (金)

## 時間

相談時間は、お一人40分程度です。  
下記の時間枠で予約をお受けしています。

- ①9:00～ ②9:45～ ③10:30～ ④11:15～

## 会場

新津健康センター1階 機能訓練室

## 予約先

秋葉区役所健康福祉課 地域保健福祉担当

☎ 0250 (25) 5695