

令和6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	中央区役所 5階 対策室3	白新コミュニティハウス (白新地区ふれあい福祉 センター2階)
住所	中央区東万代町9番52号	中央区新和3丁目3-1	中央区西堀通6番町866 NEXT21	中央区白山浦2丁目180-3
電話 お申込み	243-5312 必要(2日前まで)	285-2373 必要(2日前まで)	中央区健康福祉課 必要(2日前まで)	223-7039 必要(2日前まで)
受付時間	午後1時30分 ～ 午後2時30分	午前9時30分 ～ 午前11時00分	①午後1時15分～ ②午後2時00分～ ③午後2時45分～	
4月	12(金)	12(金)	24(水)	
5月	10(金)	14(火)		22(水)
6月	14(金)	14(金)	26(水)	
7月	12(金)	12(金)	24(水)	
8月	9(金)	23(金)		28(水)
9月	13(金)	13(金)	25(水)	
10月	11(金)	11(金)	23(水)	
11月	8(金)	8(金)		27(水)
12月	13(金)	13(金)	25(水)	
1月	10(金)	24(金)	22(水)	
2月	14(金)	14(金)		26(水)
3月	14(金)	12(水)	14(金)	



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

※来所時はマスク着用のご協力をお願いいたします



区役所で来所相談される場合は西堀地下駐車場をご利用ください。ご利用の際は、減免処理をさせていただきますので駐車券をお持ちください。

