

成人健康相談

無料
個別相談



保健師・
管理栄養士に
相談できます

※定期的に通院している方は、
かかりつけ医にご相談ください。

内容

生活習慣病（高血圧・脂質異常症・高血糖等）の個別相談

※高機能体組成(筋肉量や基礎代謝量等)の測定を行いますので、靴下など素足になれる服装でお越しください。(ペースメーカー等使用の方は測定できませんので、ご了承ください)

※心電図に関することは医療機関にご相談ください。

希望する方は、●**血圧測定**

●**普段飲んでいる味噌汁の塩分濃度測定**を行います。

※塩分濃度測定を希望の方は、少量の味噌汁をお持ちください。

持ち物

- ・健診結果または採血結果
- ・おくすり手帳(お持ちの方のみ)
- ・健康手帳(お持ちの方のみ)

日程		午前	午後	会場 保健センター
令和6年 4月	10日(水)	○		大穂
	16日(火)	○		桜
	17日(水)	○		谷田部
5月	9日(木)	○		大穂
	21日(火)	○		谷田部
	28日(火)	○		桜
6月	4日(火)		○	谷田部
	5日(水)	○		谷田部
	12日(水)	○		大穂
	20日(木)		○	市民ホールつくばね
	24日(月)		○	荻崎保健センター
	25日(火)	○		荻崎保健センター
	26日(水)		○	桜
27日(木)	○		桜	
7月	4日(木)		○	桜
	5日(金)	○		桜

日程		午前	午後	会場 保健センター
7月	9日(火)	○		谷田部
	23日(火)	○	○	大穂
8月	6日(火)		○	豊里交流センター
	7日(水)	○		桜
	21日(水)	○		谷田部
	22日(木)	○		大穂
9月	11日(水)	○		大穂
	13日(金)	○		谷田部
	17日(火)	○		桜
10月	7日(月)	○		谷田部
	9日(水)	○		大穂
11月	21日(月)	○		桜
	7日(木)	○		大穂
	12日(火)	○		桜
	18日(月)		○	荻崎交流センター
	19日(火)	○		荻崎交流センター

日程		午前	午後	会場 保健センター
11月	27日(水)		○	谷田部
	28日(木)	○		谷田部
12月	9日(月)		○	谷田部
	10日(火)	○		谷田部
	12日(木)	○	○	大穂
	16日(月)	○		桜
	19日(木)	○		大穂
令和7年 1月	10日(金)		○	桜
	14日(火)	○		桜
	23日(木)	○		大穂
	27日(月)	○		谷田部
2月	4日(火)	○		桜
	18日(火)	○		谷田部
3月	19日(水)	○		大穂
	4日(火)	○		桜
	6日(木)	○		大穂
	11日(火)	○		谷田部

▼2日前までに、電話でお申込みください▼

※時間は予約時にお伝えします

会場	予約先電話番号
大穂保健センター 市民ホールつくばね 豊里交流センター	大穂保健センター ☎029-864-7841

会場	予約先電話番号
桜保健センター	桜保健センター ☎029-857-3931

会場	予約先電話番号
谷田部保健センター 荻崎保健センター 荻崎交流センター	谷田部保健センター ☎029-838-1100