

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。

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。

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。

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5年 4月	13日(木)	○		谷田部
	18日(火)	○		桜
	25日(火)	○		大穂
5月	16日(火)	○		桜
	25日(木)	○		大穂
	30日(火)	○		谷田部
6月	13日(火)	○		谷田部
	14日(水)		○	谷田部
	27日(火)	○	○	大穂
	28日(水)		○	筑波交流センター
	29日(木)	○		桜
	30日(金)		○	谷田部 大穂
7月	14日(金)	○	○	桜
	18日(火)		○	荳崎
7月	19日(水)	○		荳崎
			○	豊里交流センター
	20日(木)	○		大穂
	27日(木)	○		谷田部
	8月	3日(木)	○	○
22日(火)		○		谷田部
24日(木)		○		大穂
9月	5日(火)	○		桜
	12日(火)	○		谷田部
	28日(木)	○		大穂
	10月	5日(木)	○	
17日(火)		○		大穂
24日(火)		○		谷田部
11月	14日(火)	○		谷田部
	20日(月)	○		大穂
11月	30日(木)	○		桜
	12月	13日(水)		○
14日(木)		○		荳崎
15日(金)		○	○	桜
18日(月)		○	○	谷田部
22日(金)		○	○	大穂
令和6年 1月	15日(月)	○		桜
	23日(火)	○		谷田部
	26日(金)	○		大穂
2月	16日(金)	○		大穂
	20日(火)	○		桜
	29日(木)	○		谷田部
3月	1日(金)	○		桜
	6日(水)	○		大穂
	12日(火)	○		谷田部

▼ 2日前までに、電話でお申込みください。▼

会場	予約先電話番号	会場	予約先電話番号	会場	予約先電話番号
大穂保健センター 筑波交流センター 豊里交流センター	大穂保健センター 029-864-7841	桜保健センター	桜保健センター 029-857-3931	谷田部保健センター 荳崎保健センター	谷田部保健センター 029-838-1100