

ご自身・ご家族の健康づくりについて、お気軽にご相談ください

令和2年度 町民健康相談

会場：保健センター（役場庁舎内）

ご予約は **健康推進担当（67-7086）** まで
ご連絡下さい。（予約の方を優先させていただきます）

相談無料

生活習慣病と言われた...

自分に合った運動ってなんだろう？

**専門職が
お答えします！**

生活改善するにはどうしたら？

食事で気をつけることは？

生活の中で取り組めることを
一緒に探しましょう！



保健師による
健康相談



栄養士による
栄養相談



健康運動指導士による
運動指導

体重・血圧測定
尿検査も
できます。

日程	午前 10:00～11:30	午後 1:00～3:30
令和 2年 4月	3日(金)	17日(金)
5月	8日(金)	22日(金)
6月	5日(金)	19日(金)
7月	3日(金)	31日(金)
8月	7日(金)	
9月	4日(金)	18日(金)
10月	2日(金)	23日(金)
11月	6日(金)	20日(金)
12月		18日(金)
令和 3年 1月	15日(金)	29日(金)
2月	5日(金)	16日(火)
3月	5日(金)	26日(金)

日程は変更になる可能性があります。
広報などでご確認下さい。

【お問合せ先】

岩内町役場 保健福祉課 健康推進担当(1階10番窓口)
電話：(0135) 67-7086 (8:45～17:15)