

令和8年度

健康相談



内容

- 健康相談
他にも、希望者には
- 血圧測定
- 体組成計（タニタ）
- 塩分測定 **NEW**

詳しくは裏面をご覧ください →

健康について、気になることはいませんか？
健康師、管理栄養士が個別に健康相談を行います
どなたでもお気軽にご相談ください

開催日時

毎月
第3金曜日

13時30分
～
15時30分

※詳細日程は裏面へ
(第4金曜日の場合もあります)

会場

福智町役場

要予約

予約していない場合は、
お待たせすることがあります

◎ご予約・お問い合わせ



福智町役場(福智町金田937番地2)
保険健康課健康係

☎ **0947-22-7763**

受付時間 8:30～17:15

<健康相談 日程表>

4月	5月	6月	7月	8月	9月
17日 (金)	15日 (金)	19日 (金)	17日 (金)	21日 (金)	18日 (金)

10月	11月	12月	1月	2月	3月
23日 (金)	20日 (金)	18日 (金)	15日 (金)	19日 (金)	19日 (金)

↑ 第4金曜日

健康相談

からだやこころのことで気になることや健診結果について詳しく知りたい、この食生活で大丈夫なのかななどの健康について相談できます。



★ 血圧測定

血圧が気になる方は、血圧の測定ができます。



★ 体組成計（タニタ）裸足になり計測します
体内年齢や体脂肪量・筋肉量・基礎代謝量など計測ができます。測定結果の説明や個別に合わせた生活のアドバイスを行います。

※ペースメーカーを装着している方は測定できません



★ 塩分測定

ご自宅で食べている汁物の塩分測定ができます。普段の味付けがどのくらいの濃さなのか知りたい方は、味噌汁やスープ（とろみのない汁物で具は除く）を50cc程度、容器に入れてお持ちください。

★は希望する方のみ