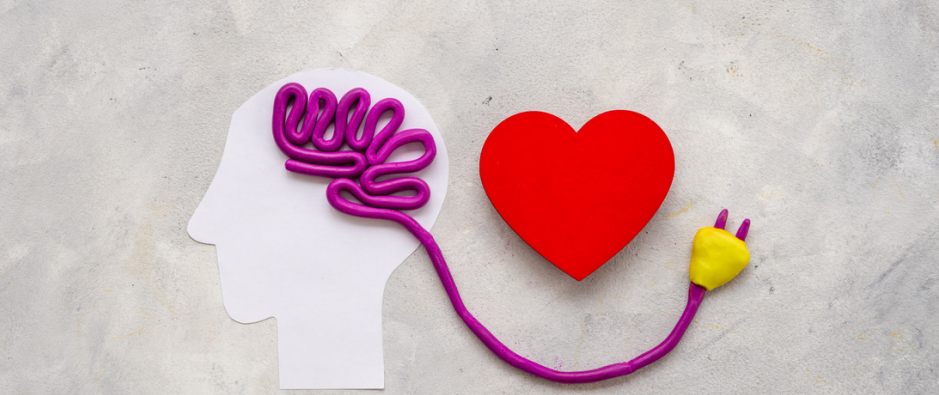




働く世代の

カラダのミカタ



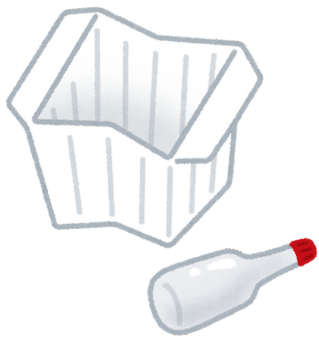
働く世代のあなたの

「健康なカラダづくり」お手伝いします！

- 保健師・栄養士と個別面接 ※LINEでのやりとりもOK。
月に1回程度（3か月を1クールとして行います）
初回面接と最終面接はお会いしましょう。
- 所要時間：30分～1時間程度

※あなたの生活に合わせた生活習慣の見直しを一緒に考えましょう。

1 まずは自分の体の中で起きていること、知ってみませんか。

	健診結果の見方
	血圧測定・体重測定
	尿検査（尿たん白・尿糖・尿潜血） 推定塩分摂取量

2 そして自分の食事のこと、考えてみませんか。

	栄養士による食事診断
---	------------

電話連絡またはWebフォームから
お申し込みください。

【申し込み・問合せ先】

〒895-8790 薩摩川内市西開聞町6番10号

薩摩川内市 市民健康課 健康増進第1グループ

電話：0996-22-8811

FAX：0996-22-8038

