

令和6年度 健康相談のお知らせ

生活習慣病予防や健康づくりなどについての個別相談を保健師や栄養士等が行います。ぜひ定期的にご利用ください。
日時が変更となる場合があります。詳しい日程については事前に市保健所へご確認ください。



会場	開催日時	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
都南公民館 (キャラホール)	概ね第2火曜日 10時00分～11時30分	9日	14日	11日	9日	7日 (第1水)	3日 (第1)	8日	12日	10日	14日	4日 (第1)	11日
青山地区活動センター	偶数月 概ね第3月曜日 10時00分～11時30分	15日	/	17日	/	19日	/	21日	/	16日	/	17日	/
松園地区活動センター	偶数月 概ね第1木曜日 10時00分～11時30分	4日		6日		1日		3日		5日		6日	
高松地区保健センター	偶数月 概ね第4火曜日 10時00分～11時30分	23日		25日		27日		22日		24日		25日	
上田老人福祉センター	奇数月 概ね第2水曜日 10時00分～11時30分	/	8日	/	17日 (第3)	/	11日	/	13日	/	15日 (第3)	/	12日
山岸地区活動センター	奇数月 概ね第1水曜日 10時00分～11時30分		8日 (第2)		3日		4日		6日		8日 (第2)		5日
本宮地区活動センター	年4回 第4金曜日 10時00分～11時30分	/	24日	/	23日	/	22日	/	28日	/			



◆内 容：体組成測定、血圧測定、個別相談

※体組成の測定をご希望の方は裸足になりやすい服装でお越しください。

ペースメーカーを装着されている方は体組成計による測定はできません。

◆持ち物：健診結果がわかるものや、健康・検診手帳がある方はお持ちください。

◇お問い合わせ◇
盛岡市保健所 健康増進課
TEL 603-8306