班内ご回覧ください。

健　康　相　談

日　時　　令和８年１０月３０日（金）

午前９時３０分～午前１１時３０分

会　場　　中之内公民館

相談内容



① 保健師による
　体や心の健康について
　血圧測定、尿検査（糖・たんぱく・潜血）

② 栄養士による
　食事について
　（健康タウンのぎ「減塩+１事業」塩分チェック）

③ 健康体操の紹介　ストレッチ、筋トレなど

※①～③の中からご希望のものができます！　※健康手帳をお持ちの方は、ご持参ください。

なお、この他に町保健センターにて毎週水曜日（午前中）に健康相談を行っています。ただし、町保健センターの相談につきましては、完全予約制になっておりますので、事前にご予約をお願いします。

感染症や自然災害等のため、中止となる場合がございます。開催について問合せ先へご確認くださいますようお願いします。

♣お問い合わせ先♣
野木町町民生活部健康福祉課（保健センター内）
健康増進係　☎５７－４１７１