

# 保健指導のご案内

健診結果をもとに血糖、血圧、コレステロール・中性脂肪で生活習慣の見直しが必要な方を対象に、保健指導を行っています。生活習慣病を予防し、日ごろの食生活や運動など生活習慣を見直すチャンスです。対象となられた方には、当日ご案内させていただきます。ぜひ、ご利用ください。

保健師・看護師・管理栄養士  
・健康運動指導士が対応しています。  
(相談料：無料)

生活習慣を振り返って、  
一緒に見直しをしていき  
ましょう！



自分でも気にしていた  
ところだったので、気をつ  
けたいと思った。  
(40代男性)

直接話をするので、今まで  
よりも意識することができた。  
実践していきたいと思ってい  
る。(60代女性)

楽しくお話をして下さいました。  
参考にしたいお話がたくさんあり、  
学ぶことが多かった。来年は少し  
改善された結果が出るように頑張  
ります。(70代女性)

健診の中に保健指導を組み込  
んでくれていることは、とて  
も安心。きめ細かいことも聞  
けるので、もっと充実して欲  
しい。(50代女性)

(お客様アンケートより)