

# 健診結果相談会のご案内

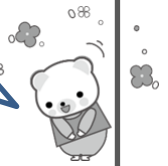
健診結果から気になったことや、生活習慣の改善方法などを保健師・栄養士等に相談できます。「検査結果の見方が分からない」「どうすれば改善できるの？」など、相談をご希望の方は、下記の日程をご利用ください。

※受診が必要と判定された方は、かかりつけ医にご相談の上、必ず医療機関を受診しましょう！

**[会場]** 豊岡市役所立野庁舎（ウェルストーク横）1階 多目的ホール

**[時間]** 9:00 ～ 11:30 **要予約**

※30分ごとの予約制です。  
必ず、申込のお電話をお願いします。



**[日程]** 2021年 6月23日（水） 7月19日（月）  
8月23日（月） 10月29日（金）  
11月25日（木） 12月15日（水）  
2022年 1月18日（火）

**[内容]**

- ・保健師による血圧測定、相談
- ・栄養士による栄養相談、味噌汁塩分濃度チェック
- ・歯科衛生士による歯の健康相談
- ・75歳以上の方対象の「フレイル予防」相談

※加齢に伴い筋力が衰え、疲れやすくなり家に閉じこもりがちになるなど、年齢を重ねたことで生じやすい衰え全般を「フレイル」といいます。

- ・ウェルストーク豊岡職員によるボディスキャンを使用した体組成測定  
※体脂肪率や筋肉率が詳しく測れます。裸足で測ります！

**[持ち物]** マスク、健診結果票、健康手帳（お持ちの方）、家の味噌汁（塩分濃度測定希望者）

**[費用]** 無料

～上記日程のご都合が合わない方はこちらをご利用ください～

会場	豊岡市立野庁舎	城崎・竹野振興局	日高・出石・但東振興局
曜日	毎週月～金曜日	毎週火曜日	毎週木曜日
時間	平日 9:00 ～ 17:00 <b>要予約</b>		
内容	保健師による血圧測定、相談、フレイル予防相談 （栄養士の相談、歯科衛生士の相談、ボディスキャンはありません）		

<申込み・問合せ>

豊岡市健康増進課 豊岡市立野町 12-12

電話：24-1127 FAX：24-9605（平日 8:30～17:15）