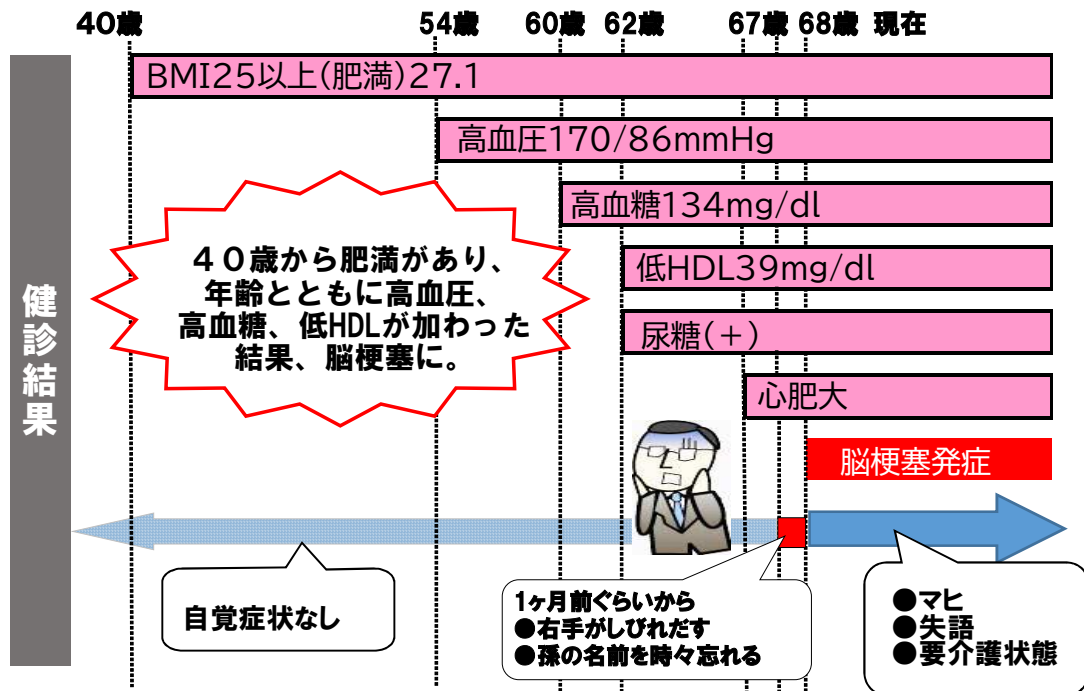


毎年の国保特定健診・後期高齢者健診・ 30歳代の国保健診から始まる健康づくり

健診結果はどうでしたか？

68歳で脳梗塞になったAさんの健診結果の経過です。



健診は受けるだけでなく、結果を確認しましょう。身体の変化にいち早く気づくことができます。脳梗塞などの疾患は、自覚症状が現れることもあれば無症状のこともあります。

～健康づくりのための各種講座・相談のご案内～

※いずれも参加費無料、会場は北部保健センターです。

あなたに効果のある 運動を紹介する講座

【日にち】11月22日(火)
 (申し込み開始 11月9日(水))
 2月9日(木)
 (申し込み開始 1月10日(火))

【時間】午後1時30分～3時00分

※予約制です。各講座定員15人です。



食生活相談

【日にち】11月17日(木)
 12月15日(木)
 1月19日(木)
 2月16日(木)
 3月14日(火)

【時間】午前9時00分～11時00分
 (相談時間 45分程度)

※予約制のため、開催2～3日前までにご連絡ください。

申込み・お問合せ 北部保健センター 電話：259-2088