

健康栄養相談（予約不要）

保健師・看護師・管理栄養士がお待ちしています。お気軽にご相談ください

こんな方におすすめ♪

- 健康診査の結果で気になるところがあった 体重を減らしたい 血圧を測りたい
 血糖値が気になる 糖尿病・減塩などの食事療法を相談したい

健診結果や医療機関での採血結果、お薬ノート、血圧・糖尿病連携手帳等をお持ちの方はご持参ください。

- 場 所 武雄市役所 1階ホール
- 受付時間 9:30~11:30（予約不要・受付順）
- inbody（体組成計測）、血管年齢測定等の体験ができます

| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
|----------------|----------------|----------------|---------------|----------------|----------------|
| 11(火) 25(火) | 9(火) 23(火) | 13(火) 28(水) | 4(火) 18(火) | 8(火) 22(火) | 12(火) 29(金) |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| 11(水) 27(金) | 14(火) 28(火) | 12(火) 26(火) | 9(火) 23(火) | 13(火) 27(火) | 12(火) 26(火) |

がんサロン（要予約）

患者さんやご家族のためのサロンです。

同じような悩みを話したり、聞いたり、泣いたり、笑ったり、

がんのことを気軽に本音で語り合える集いの場になればと思います。お気軽にご参加ください。

- 場 所 山内保健センター
- 開催時間 10:00~11:30

| 6月 | 9月 | 12月 | 3月 |
|-------|-------|-------|-------|
| 15(木) | 14(木) | 14(木) | 14(木) |

*状況により中止や会場変更の場合があります。