

令和8年度

保健師・栄養士による

# 健康・栄養相談



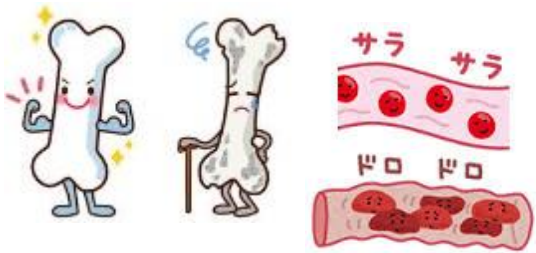
●日程 ※内容が予告なく変更する場合がありますので、毎月の広報または町ホームページをご確認ください。

|   | 日にち      | 健康チェック内容        |   | 日にち          | 健康チェック内容        |
|---|----------|-----------------|---|--------------|-----------------|
| ① | 4月23日(木) | 体組成計<br>野菜摂取量測定 | ⑦ | 10月22日(木)    | 血流観察            |
| ② | 5月28日(木) | 骨量測定            | ⑧ | 11月26日(木)    | 骨量測定            |
| ③ | 6月25日(木) | HbA1c測定         | ⑨ | 12月17日(木)    | 体組成計<br>野菜摂取量測定 |
| ④ | 7月23日(木) | 肌年齢測定<br>自己脈測定  | ⑩ | 令和9年1月28日(木) | 血流測定            |
| ⑤ | 8月27日(木) | 血流測定            | ⑪ | 2月25日(木)     | 血圧測定            |
| ⑥ | 9月24日(木) |                 | ⑫ | 3月25日(木)     |                 |

器材の都合にて、  
10月血流観察  
11月骨量測定  
変更となっています。

●時間:午後1時30分～午後4時(受付は午後3時30分まで)

●場所:町民センター



相談料・検査料は無料です



～利用者の声～

「病院でもらった検査(健診)結果を説明してくれて、初めて自分の体の状態が分かった。」  
「栄養相談で、無理なく減量できる食事の工夫が分かって良かった。」  
「身体のことを気軽に相談できてよかった」

マスクの着用は個人の判断でお願い致します。

【申込・問合せ先】  
上砂川町役場 健康推進課健康係  
電話：0125-62-2014