






2021年（令和3年）度

健康の お悩み相談 お受けします！

まずはお電話で
ご相談ください

こんなお悩みありませんか？

-  最近体重が増えてきた！なんとかしたい！
-  血圧のコントロールが難しい
-  血液検査の結果の見方がわからない
-  医師から生活習慣を見直すように言われたが…
-  家族の健康のことが心配



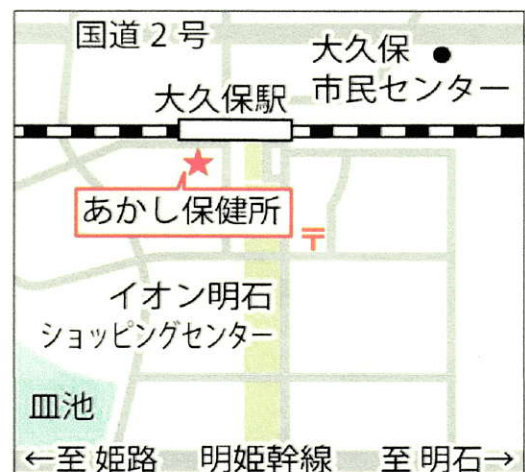
- ・**保健師**が個別にあなたのご相談をお受けします
- ・費用は**無料** ☆身長、体重、血圧、体組成の測定もできます
- ・**要予約**（お申込みは1週間前まで TELまたはFAXで）

- ・日 時：月・火・水・木曜日
午前9時半～12時
1人30分程度

※新あかし健康プラン21のホームページか
お電話にてご確認ください

- ・場 所：あかし保健所 3階
（JR大久保駅南口より西へ徒歩2分）

- ・申込先：あかし保健所 健康推進課
TEL(078)918-5657
FAX(078)918-5440



毎月**21**日は『あかし健康づくりの日』

新あかし健康プラン21ホームページ
<http://www2.city.akashi.lg.jp/kenkou.plan21/>