

# 令和5年度 健康相談のお知らせ

生活習慣病予防や健康づくりなどについての個別相談を保健師や栄養士等が行います。ぜひ定期的にご利用ください。

日時が変更となる場合があります。詳しい日程については事前に市保健所へご確認ください。



会場	開催日時等	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
盛岡市保健所	概ね第1火曜日 13時30分～15時00分	4	9 (第2)	6	4	1	5	3	7	5	9 (第2)	6	5
	概ね第3火曜日 10時00分～11時30分	18	23 (第4)	20	18	22 (第4)	19	17	21	19	23 (第4)	20	19
都南公民館 (キャラホール)	概ね第2火曜日 10時00分～11時30分	11	16 (第3)	13	11	8	13 (水)	11 (水)	14	12	16 (第3)	13	12
青山地区活動センター	概ね第3月曜日 10時00分～11時30分	17	22 (第4)	19	10 (第2)	21	11 (第2)	16	20	18	15	19	18
松園地区活動センター	偶数月概ね第1木曜日 10時00分～11時30分	6	/	1	/	3	/	5	/	7	/	1	/
高松地区保健センター	概ね第4火曜日 10時00分～11時30分	25	30 (第5)	27	25	29 (第5)	26	24	28	26	30 (第5)	27	26
上田老人福祉センター	概ね第2水曜日 10時00分～11時30分	12	10	14	12	9	13	11	8	13	17 (第3)	14	13
本宮地区活動センター	偶数月概ね第4金曜日 10時00分～11時30分	28	/	23	/	25	/	27	/	22	/	22 (第4木曜)	/
山岸地区活動センター	奇数月概ね第1水曜日 10時00分～11時30分	/	10 (第2)	/	5	/	6	/	1	/	10 (第2)	/	6



- ◆内容：健康相談・血圧測定・体組成測定(体組成の測定をご希望の方は裸足になりやすい服装でお越しください)
- ◆持ち物：健診結果がわかるもの、健康手帳がある方はお持ちください。

◇お問い合わせ◇  
盛岡市保健所 健康増進課  
TEL 603-8305