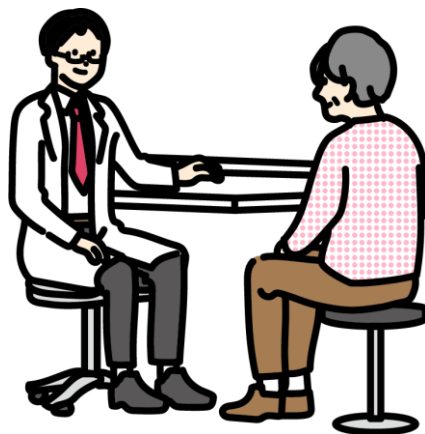


# 医師へ気軽に 相談してみませんか？

健診結果  
について  
詳しく聞きたい

血圧が少し高め  
だけど気を付ける  
ことは？



コレステロール  
を下げるには  
どうしたら  
いいの？

ご自身の健康について気になっていることはありませんか？

医師（内科医）、保健師、管理栄養士による個別無料健康相談が受けられます。

## 日時（いずれも午後）

11月7日（金）  
12月16日（火）  
令和8年1月20日（火）  
2月16日（月）  
3月23日（月）

## 相談の流れ

※相談時間は1人あたり、約60分です

保健師  
15分

健診・検診結果  
を確認し、医師に  
相談したいことを  
整理します

医師15分



管理栄養士  
30分

・希望者  
・医師が必要と  
判断した方



- 場所 小平市健康センター
- 対象 小平市民の方
- 時間 13:00～、13:15～、13:30～、13:45～、14:00～、14:15～のいずれか（先着順）
- 持ち物 直近の健康診断・人間ドック・検査などの結果、お薬手帳、参加カード（お持ちの方）、食事記録メモ（3日分程度）
- 申込み 電話、または窓口にてご予約ください（随時受付）

申込み・問合せ：小平市 健康推進課 保健指導担当

小平市学園東町1-19-12 健康センター4F ☎ 042(346)3704（平日8:30～17:00）