

健康相談

無料

たっぷり

30分

健康、栄養、運動に関するご相談を

専門職(医師、管理栄養士、運動指導者、保健師)

が個別に応じます

※予約制になります



自分に合った運動を紹介してもらい、
取り組む意識がわいた



あらためて健康の大切さを
知りました



利用者の声

健診結果で気になった
ところを聞くことができた



今の食事について見直す
きっかけとなった



日時 : (原則) 第1 火曜日 午前
第3 木曜日 午後

会場 : 子育て支援・保健センター(裏面参照)

※4月8日、17日のみ立川市健康会館で実施

費用 : 無料

対象 : 立川市民の方(ご家族の相談も可能です)

申込み : 電子申請もしくはお電話で

要予約

電子申請はこちら



立川市 健康推進課 保健事業係 042-527-3272

詳細は裏面をご覧ください