

栄養相談 【予約制】 (特定保健指導を受けている方は除く)

生活習慣病予防などの食事について、管理栄養士が相談に応じます。
食事の記録、健診データなどあればご持参ください。



4月	4 (木) 10 (水) 18 (木) 25 (木)	10月	1 (火) 9 (水) 15 (火) 29 (火)
5月	8 (水) 16 (木) 21 (火) 30 (木)	11月	7 (木) 13 (水) 21 (木) 26 (火)
6月	4 (火) 12 (水) 20 (木) 28 (金)	12月	5 (木) 10 (火) 13 (金) 18 (水)
7月	5 (金) 11 (木) 18 (木) 29 (月)	1月	10 (金) 15 (水) 23 (木) 27 (月)
8月	2 (金) 6 (火) 22 (木) 28 (水)	2月	6 (木) 14 (金) 20 (木) 26 (水)
9月	5 (木) 11 (水) 18 (水) 27 (金)	3月	3 (月) 10 (月) 13 (木) 21 (金)

時間：9：30～10：10、10：30～11：10
13：10～13：50、14：10～14：50

歯科相談 【予約制】



歯科衛生士によるむし歯予防や歯周病予防など、歯の健康についての個別相談。
口臭が気になる方は、口臭測定もできます。

4月	※16 (火) 26 (金)	10月	7 (月) ※17 (木) 30 (水)
5月	15 (水) ※20 (月)	11月	14 (木) ※18 (月)
6月	7 (金) ※17 (月)	12月	4 (水) ※17 (火) 20 (金)
7月	9 (火) ※16 (火) 25 (木)	1月	21 (火) ※28 (火)
8月	5 (月) ※19 (月) 28 (水)	2月	5 (水) ※18 (火) 26 (水)
9月	13 (金) ※18 (水) 30 (月)	3月	※7 (金) 18 (火)

時間：10：30～11：30
13：30～14：30、14：30～15：30 (※は午後のみ)



健康・禁煙相談 【予約制】



生活習慣病についての相談や、健診結果の見方などの相談に看護師が応じます。
健診データ、検査データがあればご持参ください。

4月	17 (水)	7月	18 (木)	10月	16 (水)	1月	23 (木)
5月	16 (木)	8月	21 (水)	11月	20 (水)	2月	18 (火)
6月	11 (火)	9月	26 (木)	12月	10 (火)	3月	12 (水)

時間：9：30～10：10、10：30～11：10
13：00～13：40、14：00～14：40



【申し込み・問合せ先・会場】

若葉保健福祉センター 健康課
住所：千葉市若葉区貝塚2-19-1

電話：233-8714