

「はじめよう」
思った今日から



健康づくり教室 令和7年度

保健センターで行っている教室

健康相談

原則予約

一人ひとりの身体の状態に合わせて、より効果的に健康づくりができるよう
保健師や管理栄養士がサポートいたします！
ぜひ保健センターにお越しください。
※電話相談や家庭訪問なども行っています。



日時：随時行います。（9:00～16:00）事前に予約してください。（土日祝日は除く）
持ってくるもの：健診結果（血液検査の結果等）・健康手帳

糖尿病相談会

予約不要

病院で食事や運動に気をつけるよう言われたけど、何をしたらいい…？
テレビや本で体にいいと聞いてやっていいけど、本当に効果がある？
そんな疑問にお答えします。家族のことでも構いません。気軽にご相談ください。



期 日											
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
15	14	17	9	4	2	7	13	10	20	18	4
火	水	火	水	月	火	火	木	水	火	水	水

時 間： 9:00～11:00

上記以外でも希望の日程で対応することがあります。（事前に相談ください）
持ってくるもの：健診結果（血液検査の結果等）・健康手帳

お問い合わせ

鳥栖市保健センター

TEL（85）－3650



保健センター以外でも
活動が行われています。
詳しくは裏面へ。