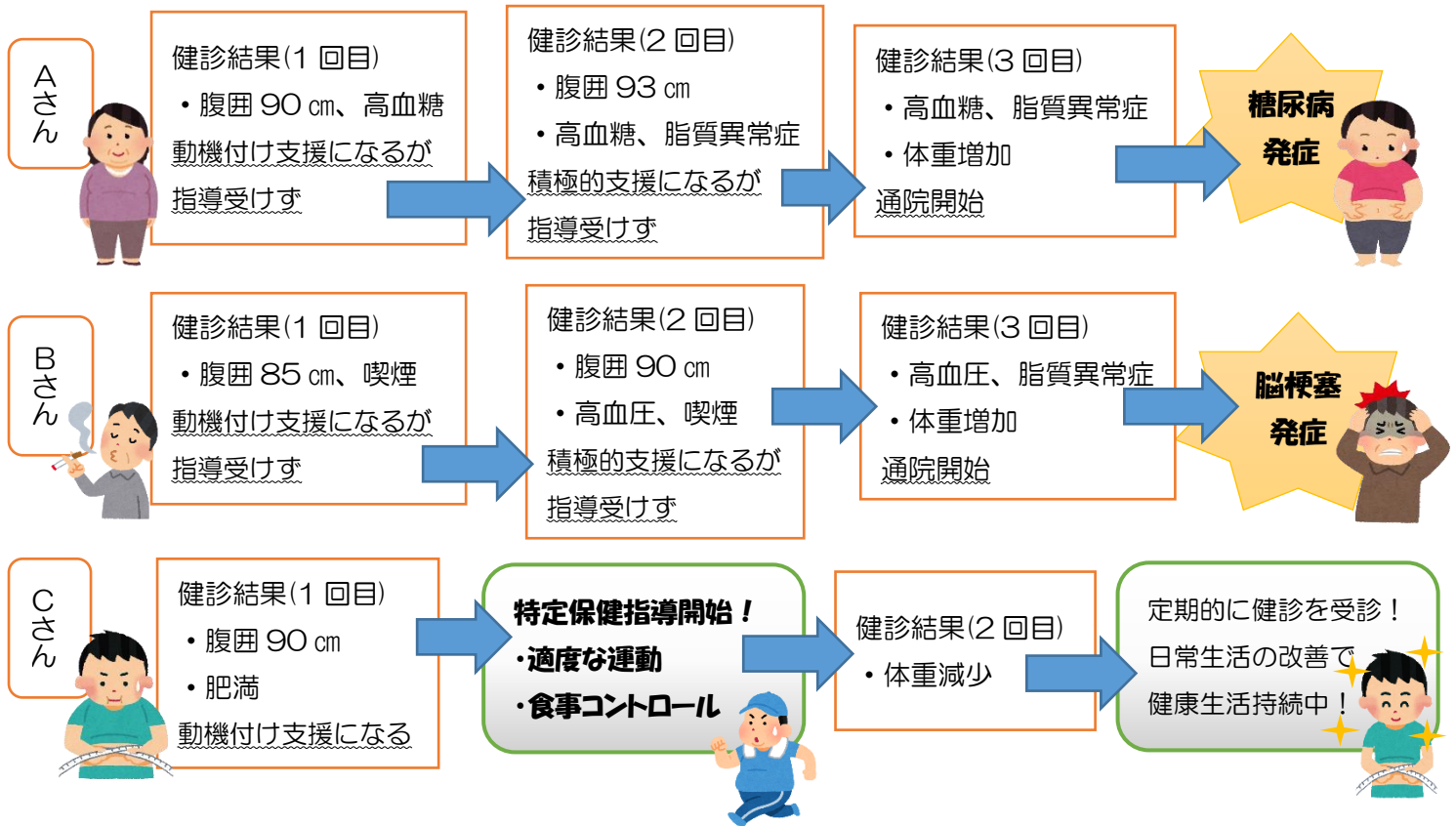


脱！メタボ！ 特定保健指導を受けよう！

～ あなたはどの道を選びますか？ ～

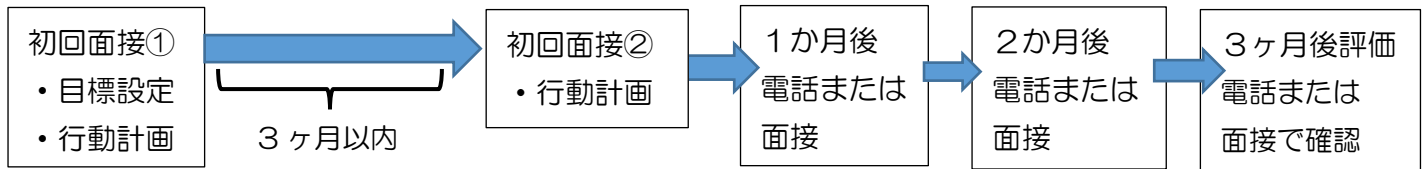


特定保健指導は、特定健診でメタボリックシンドロームまたは予備群と判定された人に保健指導を行うものです。

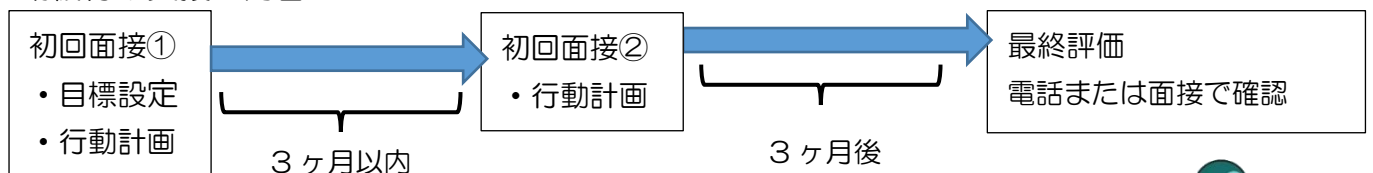
保健師・管理栄養士・運動指導士とともに、生活習慣を改善するための目標を設定します。目標達成のために継続してできることを具体的にアドバイスします。その後も面接や電話で継続的に支援していきます。

あなたの生活習慣を改善する絶好のチャンスです。ぜひ、ご利用ください！！

<積極的支援の内容>



<動機付け支援の内容>



【面接日】月曜日～金曜日 午前10時～午後4時30分のうち約1時間

申し込み・問い合わせ
河南町健康づくり推進課
☎ 0721-93-2500 (代)



河南町のカナちゃん