

『健康相談』のご案内

対象：千歳市民（18歳以下のお子さんの相談は、こどもネウボラを御利用ください）
場所：総合保健センター（総合福祉センター1階 東雲町2丁目34番地）
時間：9：30～11：30 ※電話予約された方を優先してご案内いたします。

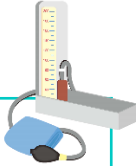


※健診結果等、相談に必要な資料があれば、お持ちください。



病院に行くほどでもないけど、
ちょっと気になる悩みごと…

医師、保健師、栄養士、
歯科衛生士に
相談してみませんか？

健康簡易チェック

1	血圧測定	血管を守りましょう。	
2	尿検査	腎臓を守りましょう。	
3	身長測定 体重測定	適正体重を維持しましょう。	
4	歩行姿勢 測定	3つの観点『速さ・バランス・歩行 姿勢』から、歩行年齢を測定します。 日々の歩行を見直して、 運動機能を維持しましょう。	

令和8年度の日程表

※歯科相談は偶数月です

4月	5月	6月
20月	18月	8月
7月	8月	9月
13月	3月	7月
10月	11月	12月
5月	16月	7月
1月	2月	3月
18月	8月	8月

歩行姿勢測定をご希望の方へ



下記に該当する方は、測定できません。
動きやすい服装でお越しください。

- ・歩行器、杖を使用される方
- ・スリッパやサンダルを履いている方
- ・光を反射する服やスカートを着用している方
- ・ズボンと靴や靴下が同系色の方

※医師による相談は、勤務の都合上、中止となる可能性があります。あらかじめ御了承ください。

【予約・問合せ先】千歳市 保健福祉部 健康づくり課 健康企画係
電話：(0123)24-0768 FAX：(0123)24-8418