

# 栄養相談のおしらせ

からだの健康や毎日のお食事で気になることはありませんか？  
 健診結果や一人一人の生活の状況に合わせて、  
 管理栄養士や保健師が食事のアドバイスを行います。  
 健診結果で数値の気になる方や現在治療中の方など、ぜひご相談ください。

中性脂肪  
空腹時  
150以上

健診結果の数値が  
当てはまる方、  
今すぐ相談を！

血圧  
130/85以上

尿酸値  
7.0以上

LDL  
コレステロール  
120以上

HDL  
コレステロール  
39以下

血糖値  
HbA1c  
5.5以上

腎機能  
eGFR  
60未満



- 日時 原則 奇数月第2木曜日 ※3月は第1木曜  
9時から11時30分まで (お1人30分程度) **予約優先**
- 場所 神崎支庁舎

実施日	テーマ
5月14日(木)	血圧が気になる方(高血圧予防)
7月9日(木)	肝臓・貧血・低栄養(フレイル等)が気になる方
9月10日(木)	コレステロール・中性脂肪が気になる方(脂質異常症予防)
11月12日(木)	血糖値が気になる方(糖尿病予防)
令和9年1月14日(木)	腎機能・尿酸値が気になる方
令和9年3月4日(木)	骨密度が気になる方(骨粗しょう症予防)

テーマ以外のご相談  
にも応じます



事前予約していただくと待ち時間なくご案内できます！

《お問い合わせ・申し込み》

神河町役場 健康福祉課 栄養士まで  
 ☎0790-32-2421

ご希望の方には  
 ・血管年齢測定  
 ・体組成計チェック  
 (体脂肪、筋肉量、  
 内臓脂肪、基礎代謝など)