

特定保健指導を受けましょう

国民健康保険加入の方の特定保健指導

内容 メタボリックシンドロームの予防やメタボリックシンドロームから脱するための運動や食事を中心とした生活習慣改善の支援

対象者 特定健康診査の結果により、生活習慣の改善が必要とされた方「**動機づけ支援**」と「**積極的支援**」の2つの支援レベルがあります。特定健康診査結果通知表でご確認ください。
(受診した医療機関で結果通知表をお渡しします。市からの送付はありません。)



実施場所

・ 特定健康診査を受けられた医療機関

・ 一宮市医師会 ☎71-7531

・ 各保健センター

中保健センター ☎72-1121 西保健センター ☎63-4833

北保健センター ☎86-1611

申し込み

それぞれの希望場所へ直接電話し、お申し込みください。

お問い合わせ

保険年金課 ☎28-9011

◎ 一宮市では、国民健康保険加入の方へ特定健康診査・保健指導を実施しています。
国民健康保険以外の方は、加入されている健康保険証発行元へお問い合わせください。

特定健康診査は10月31日までです。まだ受診していない方は受診しましょう！

“食改さん”

食生活改善推進員(ヘルスマイト)コーナー

私たちは、一宮市健康づくり食生活改善協議会、通称「食改さん」の愛称で知られる、市の食育計画をもとに食育を推進するボランティア団体です。現在193名で楽しく活動しています。

活動内容

- ＜一宮市のお手伝い＞
 - ・ 離乳食教室・幼児食教室
 - ・ 栄養教室
 - ・ 調理実習のある教室 等
- ＜自主活動＞
 - ・ 親子クッキング
 - ・ エプロンシアター
 - ・ 男の料理教室
 - ・ ふれあい昼食会 等



お知らせ

16ページに平成26年度の食生活改善推進員養成講座の案内を掲載しています。

私たちと一緒に楽しくボランティア活動を行ってみませんか。ご応募お待ちしております。