

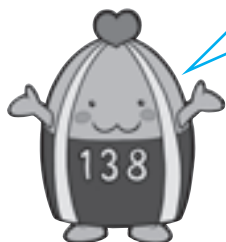
生活習慣病予防のために特定保健指導を受けましょう

～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。

◎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！

問い合わせ

保険年金課 ☎28-8669

平成29年度 第2回 健康づくりウォーキング大会開催

～大江川河畔を歩こう！～

日 時 9月30日(土)午前9時(受付8時30分～)
(雨天決行。ただし警報が出た場合は中止。)

集合場所 中保健センター駐車場
(貴船町3丁目2番地)

距離 約6km

申し込み 当日直接集合場所で受け付け

主催 一宮市健康づくりサポーター協議会

参加費 無料

問い合わせ 西まで ☎86-5285(平日10時～16時)

*駐車場に限りがありますのでご承知ください。

*平成29年度はウォーキング大会を4回開催します。

*全4回完歩の方には完歩賞、3回完歩の方には達成賞を差し上げます。(以降は11月、3月を予定しています。)

健康づくり
サポーター協議会
だより

平成28年度第4回健康づくりウォーキング大会 3月11日(土)報告(186名参加)



修文大学で集合しました。

準備体操を行い、身体をほぐしてから出発しました。



緑道や日光川沿いの5kmを楽しくウォーキングしました。