

集団の特定健診を受けた方へ結果説明会を実施します

【日程】 特定健診を受診した時にお知らせします。

【時間】 受付 9 時 30 分～、説明 10 時～（1 時間程度）
※結果説明は先着順ではありません。

【場所】 健診を受診した会場
（ウイズゆくはしや公民館など）

【内容】 ・健診結果のお渡し
・保健師、管理栄養士による話
・生活習慣に関連したパネル展示

注意!!

- ・腹囲測定を行う場合があります。お腹を締め付けるような服装（ポディスーツなど）はお控えください。
- ・結果説明会当日、都合のつかない方は健康づくり推進係までご連絡ください。
- ・特定健診の結果は郵送していません。

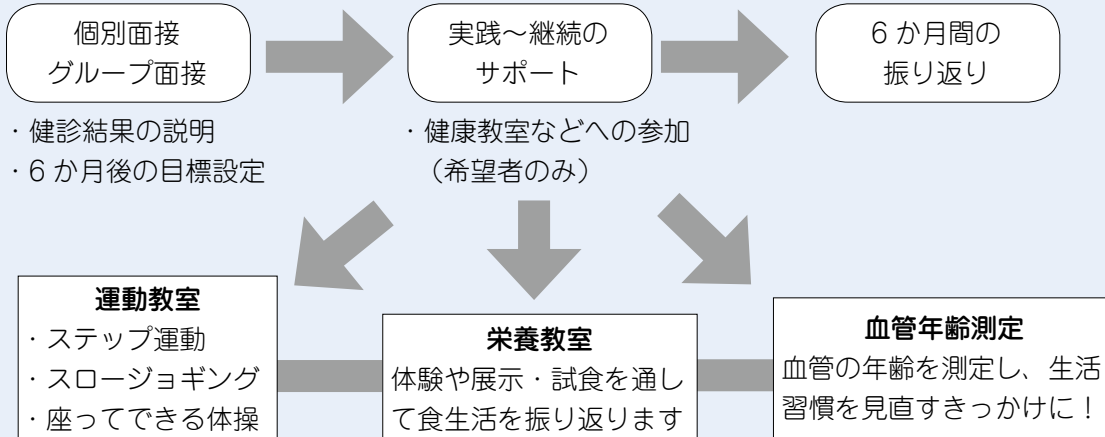
～ 特定保健指導のご案内～

健診結果から、メタボリックシンドロームや生活習慣病のリスクが出始めた方を「**動機付け支援**」、よりリスクが高い方を「**積極的支援**」と判定しています。健診結果判定が「**動機付け支援**」や「**積極的支援**」の方には、保健師や管理栄養士が保健指導を行い、あなたの生活を見直すきっかけ作りをサポートします。

※服薬治療中の方は対象となりません。

あなたが元気であり続けるためのチャンスです。ぜひ参加してください!!

サポート例
(6 か月)



※より多くの方に特定健診を受診して頂くため、市の委託業者から電話や訪問にて健診案内をさせていただくことがあります。ご協力よろしくお願いします。

健康づくり友の会 サンデーウォーキング

適度な運動を習慣的に行うと代謝を高めることにつながり、熱中症予防にもなります。ご家族やお友達との参加も大歓迎です。申し込みは不要です。気軽に参加ください。

【日時】 7 月 28 日（日） 8 時 市役所西口玄関前集合

【コース】 今川河川敷の遊歩道（6km または 3.5km）

【持参品】 タオル、水筒など

★各自歩きやすい服装で参加ください。

保険に加入しておりませんので、事故やけがには各自で対応をお願いします。

行橋市食生活改善推進会 第 2 回 親子料理教室

子どもと一緒に料理を作って、夏休みの思い出作りをしませんか？

【日時】 8 月 26 日（月） 10 時～ 13 時

※ 10 分前までにお越しください。

【場所】 ウイズゆくはし 2 階 栄養指導室

【対象者】 小学生とその保護者

（おじいちゃん・おばあちゃんも大歓迎）

【定員】 先着 16 組※第 1 回に参加していない方優先

【持参品】 手拭きタオル・水筒・エプロン・マスク・三角巾・子ども用上靴・米 1 合

【申込み】 7 月 23 日（火）～ 8 月 19 日（月）までに、市健康づくり推進係まで