



健康相談

無料

元気な未来のために
明るい未来のために



健診結果が気になる

タバコをやめようかな

食生活を改善したい

歯茎からよく出血する



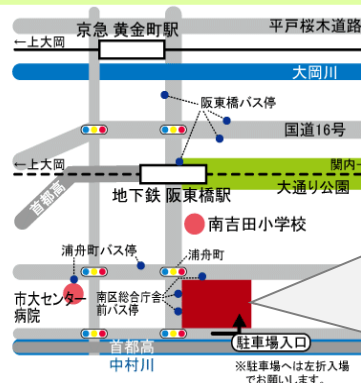
日時：裏面の日程表をご確認ください
場所：南区役所4階（要・事前予約）

045-341-1185

FAX：045-341-1189

受付時間：月曜日～金曜日（祝日除く） 8:45～17:15

横浜市南区浦舟町2丁目33番地
市営地下鉄「阪東橋」駅から徒歩8分
京急線「黄金町」駅から徒歩14分



南区役所

※駐車場へは左折入場
をお願いします。



保健師による

生活習慣改善相談・禁煙相談

相談時間
45分

健診結果等から生活習慣病が気になる方へ改善のポイントをアドバイスします。
禁煙をしたい方やその家族にニコチン依存度チェック等を踏まえて禁煙方法をアドバイスします。

2023年

4月

水

5日

19日

5月

水

17日

24日

6月

水

7日

21日

7月

水

5日

19日

8月

水

2日

16日

9月

水

6日

20日

10月

水

4日

18日

11月

水

1日

15日

12月

水

13日

20日

2024年

1月

水

24日

31日

2月

水

7日

21日

3月

水

6日

13日

時間： 9:30～ 10:30～

持ち物： 健康診断結果や血液検査の結果票
おくすり手帳



管理栄養士による

食生活栄養・健康相談

相談時間
45分

食事や栄養、健康上の気になることについて、ライフスタイルをお伺いし
食生活の改善ポイントをアドバイスします。

2023年

4月

月

3日

20日

5月

月

8日

25日

6月

月

5日

15日

7月

月

3日

20日

8月

月

7日

17日

9月

月

4日

21日

10月

月

2日

19日

11月

月

6日

16日

12月

月

4日

21日

2024年

1月

木

18日

22日

2月

月

5日

15日

3月

月

4日

21日

時間： 月曜日

9:00～

10:00～

11:00～

木曜日

13:30～

14:30～

15:30～



歯科衛生士による

歯と口の健康相談

相談時間
45分

お口の健康や歯周病の予防、口腔ケアについてアドバイスします。

2023年

4月

月

3日

5月

月

8日

6月

月

5日

7月

月

3日

8月

月

7日

9月

月

4日

10月

月

2日

11月

月

6日

12月

月

4日

2024年

1月

月

22日

2月

月

5日

3月

月

4日

時間： 9:00～

10:00～

11:00～

持ち物： 使用中の歯ブラシ