

令和8年度南区 健康相談

南区役所福祉保健課健康づくり係

横浜市 南区 健康相談

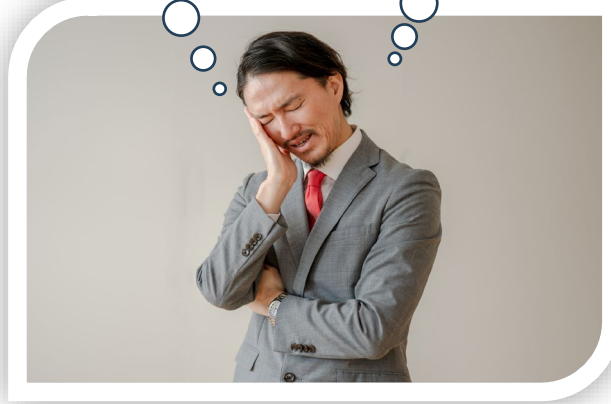
無料

健診結果の
見方がわから
ない



食事のどこに
気を付けたら
いいだろう

タバコを
やめたい



歯磨きをすると
歯ぐきから
血が出る・・・

そのお悩み、区役所の保健師、管理栄養士、歯科衛生士に相談してみませんか？

健康相談ではこんなこともできます。



血管年齢や体組成等を測
定できます。



栄養バランスのチェックがで
きます。



口腔機能のチェックが
できます。

日程：裏面をご確認ください

会場：南区役所4階

住所 横浜市南区浦舟町2丁目33番地

アクセス 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

要事前申込、申込みは次のいずれかで

1

電話

045-341-1185

(受付時間：月曜日～金曜日(祝日除く) 8:45～17:15)

2

電子申請フォーム



〈対応できる相談の例〉



- ・糖尿病・高血圧症・脂質異常症などの生活習慣病について
- ・健診結果の見方
- ・禁煙

〈持ち物〉

健康診断や血液検査の結果
おくすり手帳（あれば）

- ・食事、栄養について

〈持ち物〉

写真など食事の
内容がわかるもの

- ・むし歯・歯周病、口腔ケアの方法などについて

〈持ち物〉

使用中の歯ブラシ

〈日程〉

| 2026年 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--|
| | 1(水) | 11(月) | 1(月) | 1(水) | 3(月) | 2(水) | 5(月) | 2(月) | 2(水) | |
| | 6(月) | 20(水) | 3(水) | 6(月) | 5(水) | 7(月) | 7(水) | 4(水) | 7(月) | |
| | 15(水) | 21(木) | 17(水) | 15(水) | 19(水) | 16(水) | 15(木) | 18(水) | 16(水) | |
| | 16(木) | | 25(木) | 16(木) | 20(木) | 17(木) | 21(水) | 19(木) | 17(木) | |
| 2027年 | 1月 | 2月 | 3月 | | | | | | | |
| | 6(水) | 1(月) | 1(月) | | | | | | | |
| | 12(火) | 3(水) | 3(水) | | | | | | | |
| | 20(水) | 17(水) | 17(水) | | | | | | | |
| | 28(木) | 18(木) | 18(木) | | | | | | | |

時間

9:00～ 10:00～ 11:00～

14:00～ 15:00～