

ひとりひとりがゆっくり相談できる場です

平成29年度 出雲市すこやかライフ健康相談（予約制）

「食生活や運動について気になるけど、何かよい工夫はないかな?」「医師から食事に気をつけるように言われたけど何に気をつければいいの?」「バランスのよい食事について知りたい」など、お気軽にご相談ください。相談は各地域で行っていますので、ご利用ください。



●相談内容

食生活相談：保健師及び栄養士が食生活の相談に応じます。

運動相談：運動専門スタッフ(健康運動指導士等)が運動の相談に応じます。

●会場および日にち

会場	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
出雲市役所本庁舎	25(火)	23(火)	27(火)	25(火)	22(火)	26(火)	24(火)	28(火)	12(火)	23(火)	27(火)	20(火)
平田支所	21(金)	19(金)	16(金)	21(金)	18(金)	15(金)	20(金)	17(金)	15(金)	19(金)	16(金)	16(金)
佐田支所	お休み	11(木)	1(木)	お休み	3(木)	7(木)	5(木)	2(木)	7(木)	11(木)	1(木)	1(木)
湖陵保健福祉センター	18(火)	16(火)	20(火)	18(火)	22(火)	19(火)	17(火)	21(火)	19(火)	16(火)	20(火)	20(火)
多伎支所	24(月)	22(月)	26(月)	24(月)	28(月)	25(月)	23(月)	27(月)	11(月)	22(月)	26(月)	19(月)
大社健康福祉センター (燦プラザたいしゃ)	13(木)	11(木)	8(木)	13(木)	10(木)	14(木)	12(木)	9(木)	14(木)	11(木)	8(木)	8(木)
斐川健康福祉センター まめなが一番館	10(月)	15(月)	12(月)	10(月)	7(月)	11(月)	23(月)	13(月)	4(月)	15(月)	26(月)	19(月)

※会場により相談時間帯や専門職の配置が異なりますので
まずはお問い合わせください。

●おたすね・予約先●

出雲市役所 健康増進課	21-6979
平田支所 市民福祉課	63-5780
佐田支所 市民サービス課	84-0118
多伎支所 市民サービス課	86-3116
湖陵支所 市民サービス課	43-1215
大社支所 市民サービス課	53-3116
斐川支所 市民福祉課	73-9112