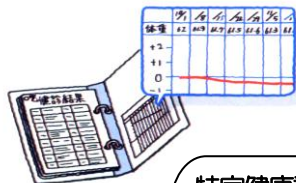


このファイルは、健康増進法に基づいて交付しています。
紛失しないよう保管しましょう。

健康増進法に基づく保健事業について

保健事業は、住民の方々が自分にあった健康づくりができるよう支援します。



保健事業の種類

健康手帳・健康ファイルの交付
健康教育（集団・個別）
健康相談
機能訓練
訪問指導

検診…胸部X線検診
胃部X線検診
胃内視鏡検診
便潜血反応検査
前立腺検診
子宮頸部検診
乳房検診

医療機関受診時や
予防接種の記録など
にも活用しましょう。

特定健康診査・
保健指導 検診
結果をつづっ
ていきましょう。
また、数値
をグラフにし
て比べてみま
しょう。

詳しい内容等は広報あんどをご覧ください。

健康福祉課(安堵町福祉保健センター内) 電話:0743-57-1590 ファックス:0743-57-1592

あなたからあなたへ一言宣言!

さらに元気な生活をしている自分をイメージして、
今日からできる実践可能な目標・計画を立てましょう。



年 月 日

今回の目標

今日から
取り組むこと

例

2018年7月1日

今回の目標

元旦までに体重を3kg減らす

今日から

取り組むこと

毎日体重を測り、グラフに記入する