

健康相談のご案内

参加は
無料です！

このお知らせは、令和5年度健診の結果で血圧または血糖値が一定の基準を超えた方に送付しています。

健康相談では、心臓病や糖尿病などが重症化しないために、保健師等がお話をうかがい、生活習慣改善のご提案をさせていただきます。

生活習慣の改善に関して悩みはありませんか？

健診結果の
見方がわからない

栄養が偏って
いないかしら？

糖尿病になるのが不安
予防方法を知りたい

血圧を抑える薬を飲んでいるけど、
ずっと飲み続けなければいけないの？



一緒に、不安や疑問を解消してみませんか？

お申し込みをおまちしております。

プログラムの実施内容

健康相談は全2回実施です。相談方法は、**ご自宅での訪問相談**または、**電話による相談**をお一人お一人のご都合に合わせて行います。

1回目

訪問相談



2回目

電話相談



参加方法

後期高齢者健康診査受診時にご記載いただいた電話番号に、本ご案内がお手元に届いてから、概ね2週間以内に、担当の保健師等からお電話をし、ご都合に合わせて相談日を設定します。

☎ 03-6403-4987 (こちらの電話番号からおかけします)

お問い合わせ先

(委託先) **日本健保株式会社**



☎ 0120-028-782 (通話料無料)

受付時間 平日9時から17時

〒171-0042 東京都豊島区高松1丁目11番15号 モリタビル西池袋1階

(委託元) さいたま市役所 国保年金課 TEL : 048-829-1277 FAX : 048-829-1938

*さいたま市では本事業を日本健保株式会社に委託しています。

〈個人情報の取り扱いについて〉お預かりした個人情報は、本事業以外には一切利用しません。