

# 健康相談のご案内

保健師・管理栄養士による健康相談や血圧測定、尿検査等を行います。  
ご自身や家族の健康のこと、生活習慣病予防や改善のための食事などについて  
気になることをお気軽にご相談ください。

時間：9時30分～11時

実施日	場所
令和8年 4月 8日 (水)	鳴門市役所本庁舎 2階 健康増進課
5月12日 (火)	
6月10日 (水)	
7月 9日 (木)	
8月 5日 (水)	
9月 8日 (火)	
10月 7日 (水)	
11月 6日 (金)	
12月10日 (木)	
令和9年 1月 6日 (水)	
2月 9日 (火)	
3月 5日 (金)	

## 健康相談・栄養相談

- 健診の結果相談
- 健康づくりのための相談
- 生活習慣病予防や改善のための相談
- バランスのよい食事についての相談
- 血圧測定やInBody測定

☆日程については、変更の可能性もありますので、広報  
なると、鳴門市公式ウェブサイトをご確認ください。

※健診結果やお薬手帳等をお持ちの方はご持参ください。

※実施日以外での相談をご希望の方は健康増進課までご連絡ください。

## InBodyって？

**InBody(体成分分析装置)**は、体重はもちろん、  
体の各部位の体脂肪や**筋肉量**、**水分量**、**基礎代謝量**などが測定できます。

ご自身の健康づくりの第一歩にぜひ測定して  
みませんか？

※ペースメーカーを付けている方は測定できません。



お問い合わせ先 鳴門市 健康福祉部 健康増進課

☎ 088-684-1049