

# 成人健康相談



健康や食事のこと、  
市の保健師・管理栄養士に  
相談してみませんか？



## 日程

10:00～11:00開催

- ① 令和8年4月16日(木)
- ② 令和8年5月20日(水)
- ③ 令和8年6月16日(火)
- ④ 令和8年7月13日(月)
- ⑤ 令和8年8月21日(金)
- ⑥ 令和8年9月10日(木)

13:30～14:30開催

- ① 令和8年10月 7日(水)
- ② 令和8年11月12日(木)
- ③ 令和8年12月15日(火)
- ④ 令和9年 1月22日(金)
- ⑤ 令和9年 2月16日(火)
- ⑥ 令和9年 3月 8日(月)

## 場所

石狩市総合保健福祉センター

りんくる 1階 検診室

## 申込

各相談日の**2**日前までに、  
電話または右記二次元コードから  
お申込みください。



手のひらをかざすだけで  
推定野菜摂取量が分かる  
**ベジチェック®**もできます！

※ 医療機器ではありませんので、  
表示値はあくまでも目安としてご利用ください。

申込  
問合せ先

石狩市健康推進部健康推進課 TEL : (0133) **72-3124**

(平日8:45～17:15)