

【ごあいさつ】

春の訪れとともに、あたたかい日が増えてまいりました。昨年度より健診部門は「健診センター」として新体制となり、日頃よりご利用いただいている皆さまに深く御礼申し上げます。このたび、地域の皆さまの健康増進に寄与することを目的に、「健診センターだより」を発行いたしました。今後も季節に合わせた健康情報やセンターの取り組みをお届けしてまいりますので、引き続きよろしくようお願い申し上げます。

■ おいせ

【保健師が2名体制になりました】

これまで1名体制だった保健師は、赤澤・渡邊の2名（男女各1名）による体制となりました。健康相談や健康指導をゆっくり丁寧に行うことができます。気になることは、お気軽にご相談ください。



【健診センター内を模様替えしました】

健診センター内の物品配置を見直し、明るく落ち着いた雰囲気になりました。リラックスしてお過ごしください。



■ 春の健康ひとこと

- ・朝は決まった時間に起きる
- ・3食しっかり食べる
- ・無理のない運動や散歩を習慣に



■ 保健師からひとこと

健診は、結果を知るだけでなく、これからの生活を見直すきっかけになります。私たち保健師が、健康づくりをお手伝いします。

柏崎総合医療センター 健診センター

電話：(0257)23-2165(病院代表)