

「特定健診」を受けられた方へ

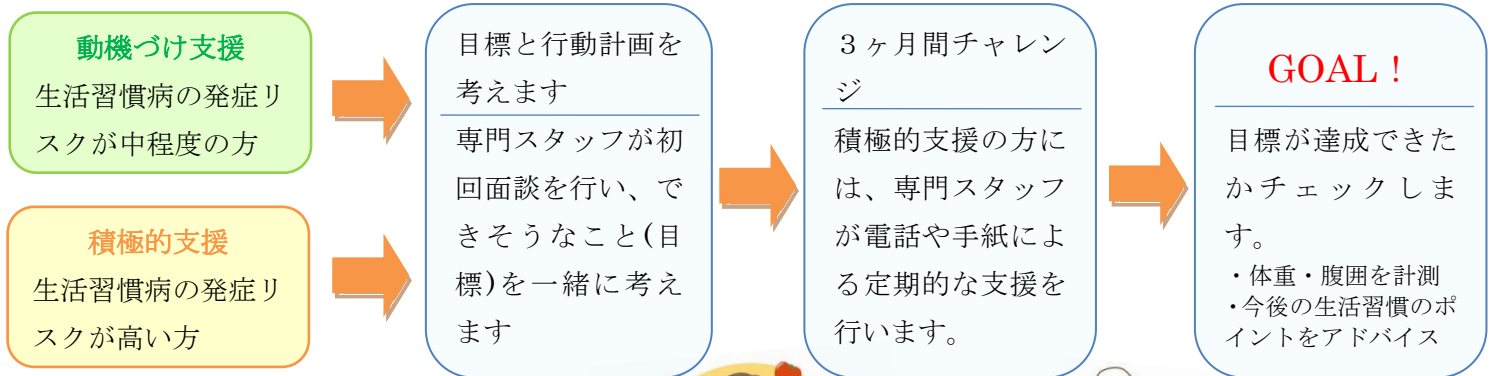
さくら診療所では

# 特定保健指導を実施しています

特定保健指導は、特定健診に基づき、メタボリックシンドロームを予防・改善するための指導です。健康的に内臓脂肪を減らすため、あなたに合った食事や運動のポイントをお話しさせていただきます。

指導対象の方には、特定健診の結果と一緒に  
「特定保健指導利用券」が届きます

## 特定保健指導の流れ



## 《おすすめポイント》

◎専門職による継続的な個別サポート  
管理栄養士による個別面談や通信支援(電話など)が受けられます(3～6ヶ月間)  
生活習慣病のリスクに応じて、動機づけ支援と積極的支援の2種類のサポートプランがあります。

◎自己負担金はゼロ！**無料**で受けられます！(特定保健指導利用券をお持ちの方のみ利用可)

医療保険者の補助があり、この特定保健指導に関わる指導料の自己負担金はありません。(来所にかかる交通費は除きます)

◎さくら診療所は運動施設を併設しており、運動体験もしていただけます。

## 《実施日と時間》

●毎週火曜日  
9時半～12時・14時～16時

●第1、4金曜日  
9時半～12時・14時～16時

※まずは電話でご予約ください。

※特定保健指導を受けていただく際は、マスクの着用をお願いします。

また、発熱がある方や体調の悪い方は、体調が回復してから受けて頂きますようお願いいたします。

お気軽にご相談ください！



医療法人 岡谷会  
さくら診療所  
奈良市南京終町1丁目183-25  
Tel 0742(50)1600