

## 福山検診所の特定保健指導



元気であるため、しっかり働くため、大切なご家族のため、  
老後の人生設計のため等、理由はそれぞれあるとは思いますが、  
より良い人生を送るためには、健康であることが  
何より大切です。

特定保健指導のプログラムでは専任の保健師と一緒に  
健康管理の工夫や情報の提供をおこないます。

メディアや雑誌などの健康情報とは違い、  
ご本人に合わせた内容をご紹介します。



健康診断から保健指導のプログラムまで、  
これからの人生がより素晴らしいものになるこ  
とを願って、トータルで健康管理のお手伝いを  
させていただけたら幸いです。

面談の日時は事前にご予約をお取りします。

福山検診所にご連絡ください。

まずは、初回面談にてオーダーメイドのプログラムを

ご提案させていただきます。

お会いできるのを、楽しみにしております。



〒 720-0077 広島県福山市南本庄5丁目11-1  
医療法人社団仁恵会 福山検診所  
Tel : 084-926-2580 Fax : 084-926-2583  
e-mail : shinagawa@fukuyama-kenshin.jp  
保健師 品川 いくみ

# 福山検診所特定保健指導の特色と流れ

1. 福山検診所では 20分～30分の面談を中心にプログラムを進めています。

面談の日程：例	初回	1カ月	2カ月	3ヵ月	4カ月	5カ月	6カ月
積極的支援	面談	面談		面談・検査			面談
動機付け支援	面談			面談・検査			面談

※ 積極的支援の方は、4回、動機付け支援の方は、2～3回の面談を6カ月の間に行います。

※ 面談の時間は、平日 7：30～17：30、  
土曜日 7：30～13：30 で調整します。



2. 面談は基本的には、福山検診所にて行います。

3. プログラム開始から 3か月後の中間面談時に、採血と検尿の検査をさせていただきます。  
取り組み内容にきちんと効果があるか、確認できます。

(協会けんぽの扶養者の方は検査費用は無料です。)

血液項目：総コレステロール、LDL コレステロール・HDL コレステロール・中性脂肪・  
肝機能 (GOT・GPT・ $\gamma$ -GTP)・血糖など

検尿項目：尿たんぱく・尿糖



4. 併所は、神辺スポーツセンター、ホリデイスーツクラブと連携しています。

特定保健指導のプログラムを受けていただく方には、3回の無料体験を行っていただけます。  
きちんとトレーナーについてもらい、体組成計、  
骨筋量や脂肪量などを測定し、より効果的な運動プログラムを  
考えてもらえます。ご希望の方は、お申し出ください。



5. 事前予約をお願いいたします。受診券の内容もこの時に確認をさせていただきます。

6. 保険証、受診券、健診結果をご持参ください。福山検診所で健康診断を受けた方は、  
健診結果のご持参は不要です。