



保健師・管理栄養士・歯科衛生士による健康相談を行っています。  
 お子さんの身長・体重測定、育児の相談、おとなの健康相談等をお受けしています。  
 どうぞお気軽にお出かけください。











































■時 間 午前9時30分～11時

■予約不要

 食事の相談：管理栄養士

■持ち物 母子健康手帳、バスタオル、替え用おむつ 等

 歯に関する相談：歯科衛生士

会場	塩田公民館 和室	川西公民館 和室	真田保健センター 和室	
開催日	第1・3月曜日	第3木曜日	不定期	
R8	4月	6日 (月) 	16日 (木) 	16日 (木)  
		20日 (月)		
	5月	お休み	21日 (木)  	21日 (木) 
		18日 (月) 		
	6月	1日 (月) 	18日 (木) 	19日 (金)  
		15日 (月)		
	7月	6日 (月)  	16日 (木) 	17日 (金) 
		お休み		
	8月	お休み	20日 (木) 	20日 (木)  
		17日 (月) 		
	9月	7日 (月) 	17日 (木)  	18日 (金) 
		お休み		
10月	5日 (月) 	15日 (木) 	16日 (金)  	
	19日 (月)			
11月	2日 (月)  	19日 (木) 	20日 (金) 	
	16日 (月) 			
12月	7日 (月)  	17日 (木) 	18日 (金)  	
	21日 (月)			
R9	1月	4日 (月) 	21日 (木)  	22日 (金) 
		18日 (月)		
	2月	1日 (月) 	18日 (木) 	19日 (金)  
		15日 (月)		
	3月	1日 (月)  	18日 (木) 	19日 (金) 
		15日 (月)		

■ひとまちげんき・健康プラザうえだの健康相談室は、

平日 午前9時～11時30分、午後1時～4時に利用できます。予約は不要です。

(土日、祝日、年末年始(12/29～1/3)はお休みです。)

お問合せ 上田市健康推進課 電話 0268-23-8244

真田保健センター 電話 0268-72-9007

# 健康相談会場 地図

## 塩田地域自治センター（塩田公民館）



住所：上田市中野20  
電話：0268-38-3000

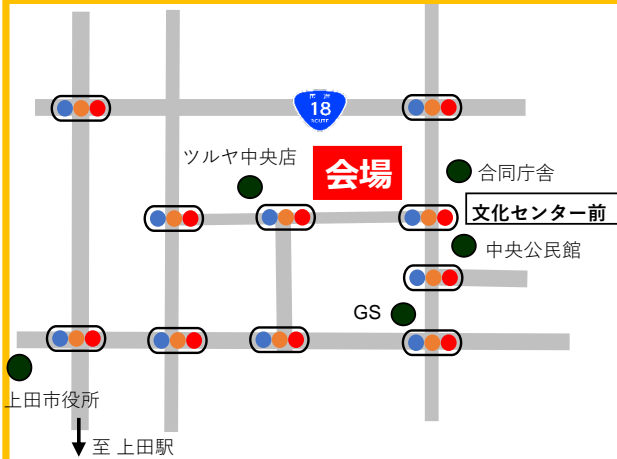
## 川西地域自治センター（川西公民館）



住所：上田市小泉863-1  
電話：0268-75-5840

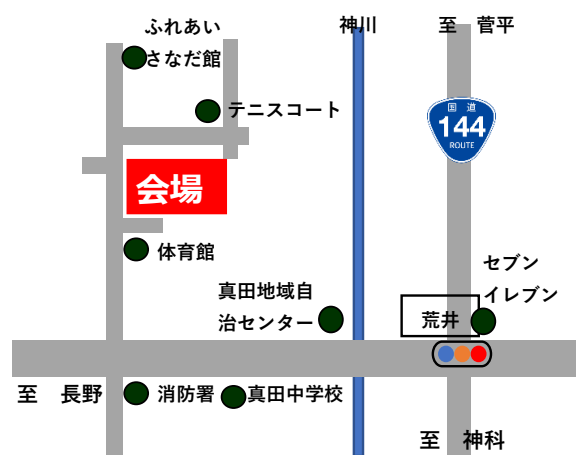
■川西地域自治センターの駐車場が満車の場合は、徒歩2分程の川西社会体育館駐車場をご利用ください。

## ひとまちげんき・健康プラザうだ



住所：上田市中央 6-5-39  
電話：0268-23-8244

## 真田保健センター



住所：上田市真田町長7199-1  
電話：0268-72-9007