

中野区医師会訪問看護ステーション

# 『まちの保健室』

各種測定&健康相談

無料

中野区医師会館で開催  
予約制となりますので

03-3384-1480 にお電話ください

## 毎週水曜日 13～16時

「医療機関へかかってないが、自分の健康、家族の健康がちょっと気になる」という方のための、血圧や酸素飽和度などの測定、ならびに健康のご相談を看護の専門家に気軽にしていただける場をつくりたいという思いで、『まちの保健室』を開設いたしました。

年齢は問いません。ご自身の健康の事やお子さんの事やお身体の障害について、どうしたらよいか困っていることなどを一緒に考えてみませんか？

保健師・看護師が対応いたします。

### ■各種からだ測定

体重・BMI・体脂肪率・からだ年齢・体温・血圧・  
酸素飽和度、など

### ■健康相談

ご自分の健康のこと、食事のこと、毎日の生活で  
心がけるべきこと、ご家族のことなど、何でも  
かまいません。

お気軽に看護師に話してみませんか。

中野区医師会訪問看護ステーション

TEL:03-3384-1480

(平日 9時～17時、担当:松井)

中野区中野2-27-17(中野区医師会館)

