

みなさまの

健康サポート はじめました

健康サポートデスク

みなさまの健康に関する疑問・質問に保健師（看護師）や管理栄養士が電話でお答えします。気軽にご相談ください。

- 最近血圧が高いが、どうしたらよいか
- 痩せたいと思っているが上手くいかない
- 普段の食生活について聞きたい
- 病院へ行った方がよいかどうか迷っている

東京貨物運送保険組合 健康サポートデスク

TEL **050-5358-0600**

受付時間 平日（月～金）10:00～17:00

支援ルーム

みなさまの健康のための支援ルームを開設しました。
対面で保健師（看護師）や管理栄養士に相談できますので
気軽にご利用ください。

面談時間 1回 30分～60分（要予約）
平日（月～金）週3日 10:30～16:30

場所 東京貨物運送健康保険組合 健保会館4階 支援ルーム

住所 東京都新宿区四ツ谷1-23

料金 **無料**

予約窓口 上記の健康サポートデスク（Tel.050-5358-0600）に電話の上、相談内容と希望日時をお知らせください。また、保険証の記号・番号を確認させていただきますのでお手元にご用意ください。ご自身の健康やご家族の健康、心の健康について気になること、自分では解決できないことなどについて専門家に相談したい方は、ぜひご利用ください。



例 健診結果の数値について聞きたい

- ダイエットや糖尿病、血圧、脂質異常症改善などの食事方法について相談したい
- どんな病院に行けば良いか分からない
- 気分がしずむ

東京貨物運送健康保険組合では、支援ルームと健康サポートデスクの実施、運営を合同会社生活習慣病予防研究センターに委託しています。生活習慣病予防、健康維持管理の専門家として、経験豊富なドクター、保健師（看護師）、管理栄養士が在籍しています。

