

過去の参加者の声



話をじっくり聞いて下さり、今後の対応を分かりやすい言葉で説明していただきました。
心身共に軽くなりました。

いつも気になっていたことを話せて気が楽になりました。
日常の過ごし方を見直していきます。



個人情報保護について

この事業は渋谷区が事業主体となり、支援プログラムについては、株式会社データホライゾンが実施いたします。

プログラム実施のための個人情報は、渋谷区から委託先に提供いたしますが、目的外に使用することは一切ありません。

お問合せ先

委託先 株式会社データホライゾン 健康管理部

東京事務所：〒112-0004 東京都文京区後楽1丁目5番3号 後楽国際ビルディング8階

TEL:0120-389-383 03-6899-4828

委託元 渋谷区役所 区民部 国民健康保険課 経理係

〒150-8010 東京都渋谷区宇田川町1-1 TEL:03-3463-1768(平日8:30~17:00)

渋谷区国民健康保険にご加入の方へ

無料

生活習慣病について

健康相談 のご案内

おすすめPoint

- Point 1 保健師、看護師の専門的なアドバイス
- Point 2 ご自宅でおよそ1時間、じっくり相談ができる
- Point 3 相談費用は無料!
- Point 4 電話やオンラインでの健康相談も可能!

詳しくは中面をご確認ください

渋谷区

医療機関での生活習慣病の治療を中断 されていないでしょうか？

渋谷区国民健康保険にご加入の方のうち、生活習慣病の治療を中断している可能性があり、健康への影響が心配される方を対象(*)に、訪問による健康相談を実施しています。

保健師や看護師等の経験豊富な相談員が、健康についてご不安なことや悩まれていることをお聞きして、疑問にお答えしたりお役に立つ情報をお伝えするものです。 *「このご案内は、生活習慣病の治療を中断していると思われる方へお送りしています。」をご覧ください。

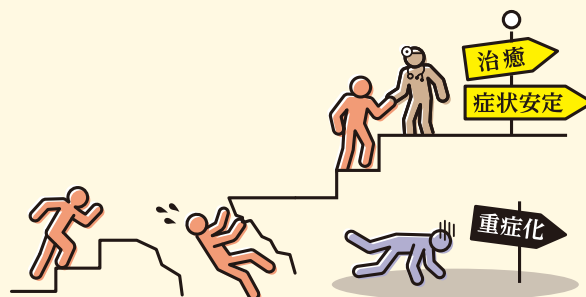


ぜひ健康相談をご活用ください！

生活習慣病に関するアドバイスを受けられます。
ご希望の日にご自宅へ伺います。訪問はおよそ**1時間程度**です。
相談料は**無料**になります。

今は悪いところはないのですが…

生活習慣病(糖尿病・高血圧症・脂質異常症)は自覚症状が出にくいこともあります。気づいた時にはかなり症状が悪化していることも少なくありません。



他にも例えば

- 通院する時間がとれない
- 以前お薬を飲んでいたら体調が悪くなった
- なるべくお薬を飲まずに生活習慣病を治したい など

あなたに合った受診の仕方やお悩みの解決策を提案します。

食事や運動などの生活習慣に関するアドバイスをします。

意外と知らない公的なサービスや利用できる制度などをご紹介します。

申込は簡単!!

〈申込書〉



〈返信用封筒〉

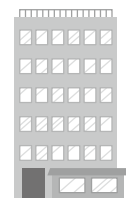
切手不要

記入して封筒に入れて



郵送するだけ!

渋谷区



国民健康保険課
経理係

健康相談事業の流れ

STEP
1

ご希望の方は同封の申込書を
同封の返信用封筒でお送りください。

申込締切日: 令和8年9月11日(金)



封筒に入れて
ポストへ

STEP
2

**9月上旬から下旬に、
担当相談員(保健師・看護師等)
からお電話があります。**

担当相談員からお電話(*)を差し上げて、訪問日についてご相談します。
※電話番号: 0120-389-383

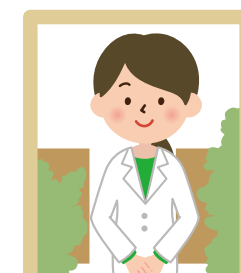
〇月〇日なら
都合がいいの
だけど



STEP
3

**訪問日当日、
担当相談員がご自宅に伺います。**

※お電話やオンラインでの相談をご希望の方は
事前に申込書にてお知らせください。



STEP
4

**現在の生活習慣について伺い、
アドバイスします。**

現在受診されている病気や医療機関へのかかり方、
生活習慣についてお伺いし、健やかに過ごしていただくための様々なご相談にお答えします。

病気の
発症予防や
悪化予防

健康の
維持や増進



STEP
5

後日、担当相談員よりお電話があります。

再度お電話させていただき、健康で元気に暮らしているか、その後お悩みがないか等をご確認させていただきます。

