



# ぶち健診 受けて！元気！

毎週

火曜日午後

※当院で「人間ドック・健康診断」を受けられた方で

定期通院されていない方が対象となります。

食生活を改めたので、  
成果を確認したいなあ。

散歩や軽い運動を始めたので、  
コレステロール下がってるかなあ。

休肝日を作ってアルコールを控えてみた。  
肝機能や尿酸値が良くなったかなあ。

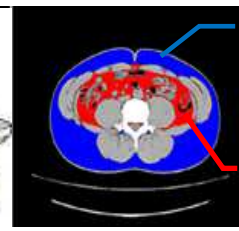
もちろん右記以外の方でも受けることができますので是非一度御相談下さい。

こちらが「ぶち健診」のメニューです！

## 身体測定・血圧測定・採血

身長・体重・体脂肪率・腹囲  
総コレステロール・中性脂肪・  
血糖値・HbA1c・尿酸値・  
HDL（善玉）コレステロール・  
LDL（悪玉）コレステロール・  
肝機能（ $\gamma$ -GTP・GOT・GPT）

## 内臓脂肪検査



青い部分  
皮下脂肪

赤い部分  
内臓脂肪

## 健康・栄養・運動相談

- ・保健師
- ・管理栄養士
- ・リハビリ

当院の専門職員による説明と相談があります。



## 手作りのおやつ♪



カロリー控え目でおいしいですよ！

☆次の健診までの、セルフチェックに是非ご利用下さい。

☆所要時間：約1時間 利用料：2,000円

☆ご予約は、

平日午後（pm1:00～pm5:00） ☎0837-22-2220

長門総合病院



健診係 保健師までお願いします。