

あなたらしい「脱メタボ」をめざして。



豊島区国保指定

担当地域

駒込・巣鴨・西巣鴨・北大塚・南大塚・上池袋・東池袋・南池袋・雑司が谷・高田・目白1,2丁目

無料

保健指導についてのお問い合わせ・ご意見は下記まで

医療法人財団 豊島健康診査センター
保健指導課

住所：豊島区上池袋2-5-1 健康プラザとしま7F

電話：03-5974-7261

お申し込み・問い合わせ

月曜日～金曜日 9:00～17:00

面談の曜日・時間については
ご相談に応じます
(土・日・夜間営業体制あり)

地域に根ざした、『保健指導施設』として、私たちは、日々努力を重ねています。
特定保健指導事業は、ぜひ豊島健康診査センターをご利用ください。

ご予約・ご利用方法（面談・電話・訪問）については営業時間内で柔軟に対応します。

コースの紹介

動機づけ支援

プライベート
コース

グループワーク
コース

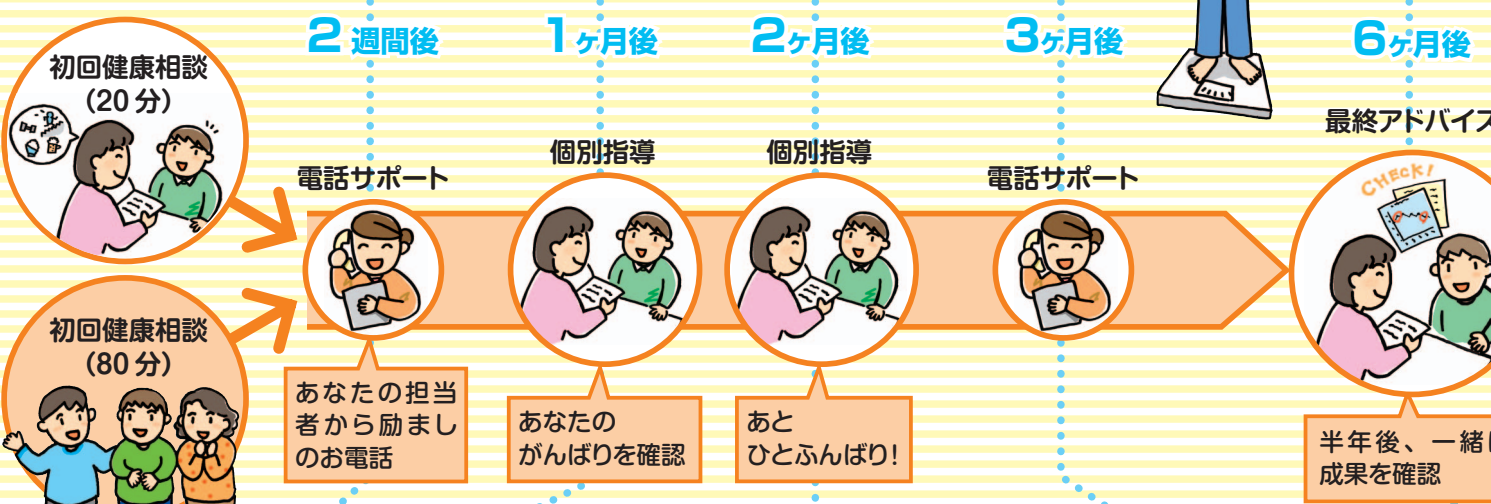
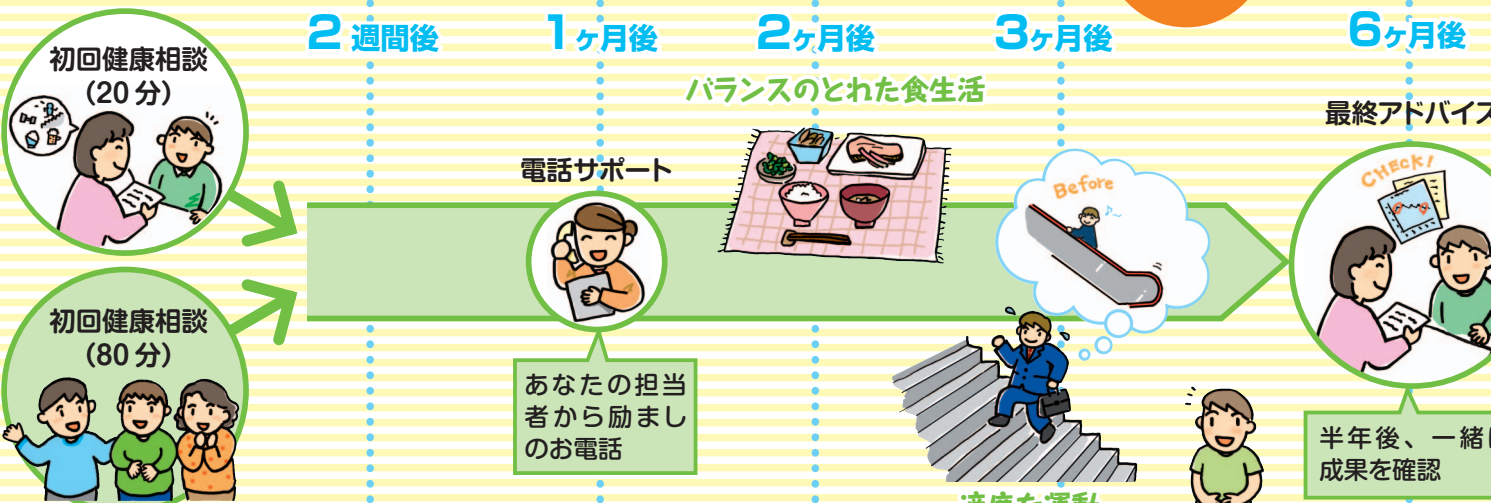
研修と個別の
ミックスコース



おすすめ

エクササイズ
コース

運動の専門家と一緒に
シェイプボディ! 豊島健康
診査センターと同じビルの
スポーツ施設を使用



1 センターからのお誘いのお電話
ご予約日時決定



2 アンケートを書いたらポストへ



アンケートは
こちらから送
付します

3 ご予約日に直接お越しください

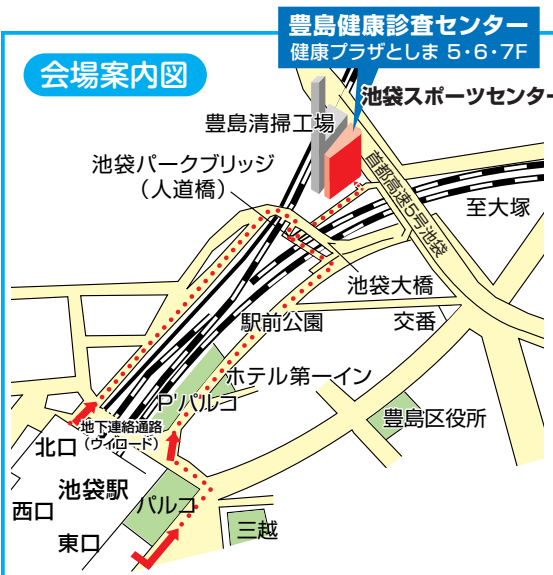


4 初回健康相談

保健師・管理栄養士が、健診結果、日ご
ろの健康、これからの健康計画を一緒
にお話します。仲間と一緒にやりたい
方にはグループワークタイプもご用意



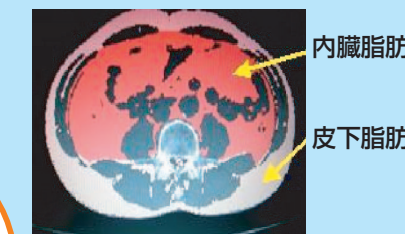
積極的支援



オプションプログラム(有料) 3,150円

ファット・スキャン
あなたのメタボ度は
どのくらい?

ファットスキャンて何?
X線写真のCTで覗いてみる検査です。ご希望
の方は当センターで撮影できます。



内臓脂肪
皮下脂肪



池袋スポーツセンター (健康プラザとしま 9F~)