

家でできる
運動を
教えてもらえた

病院に行った方が
いかどうか、
アドバイスが
もらえた

親切に**相談**に
乗ってもらえた

いろんな**制度**を
紹介してもらえた

塩分をひかえめ
にする**コツ**を
教えてもらえた

不安が**解消**
できてよかった

こんなアドバイスがもらえる!

神戸市シニア健康相談ダイヤル

Tel  **078-322-5999** 月～金曜日10:00～15:00 (祝日・年末年始を除く)
Fax  **078-322-6053**