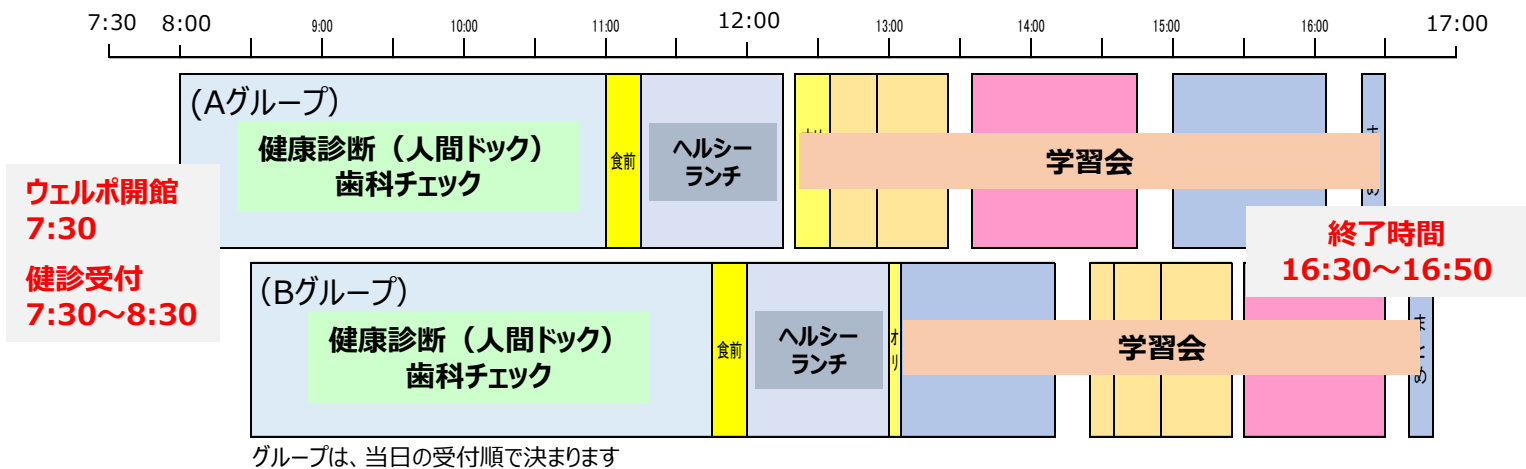




## 1. 当日の持ち物

- ① 健康診断案内書
- ② 問診票（健康診断案内書に同封されている方のみ事前に記入）
- ③ 尿・便検体（生理中の便は提出しないでください。後日の提出も可能です）
- ④ メガネ・コンタクト（使用中の方のみ）  
コンタクトレンズ使用の方は保管ケース（替えのコクタクト等）をご持参ください。  
眼圧検査時にコンタクトを外す必要があります。
- ⑤ 筆記用具
- ⑥ 軽い運動用の着替えやシューズ（必要な方のみ）

## 2. 当日スケジュール



## 3. 健診時の注意事項（健康診断案内書の受診条件もご確認ください）



飲食

**水**：受診開始時間の2時間前迄  
200ccまで飲用可。  
**飲食**：前夜の9時頃まで飲食可。  
脂肪・刺激物摂取を控えます。



常用薬

健康診断案内書の受診条件を  
ご確認ください。  
必要な方はブドウ糖などの補食を  
ご持参ください。



アルコール

検査日前日は禁酒しましょう。  
飲食物などの影響で正しい判定が  
できない場合があります。



タバコ

当日の喫煙は厳禁です。  
ウエルポ敷地内は禁煙です。  
禁煙にご協力ください。



お子様

お子様の同伴はご遠慮ください。  
当施設に託児所はありません。



服装

午後の運動学習会で体力測定や  
ストレッチ等を行いますので、軽く身体を  
動かせる服装でお越しください。  
スカート、ヒールの高い靴やサンダル等  
での運動参加は避けてください。

- ・受診に関して不安がある場合は、**健診前までに主治医にご相談ください。**
- ・健診当日に**体調不良や発熱、高血圧**などで医師の指示により受診できない場合があります。
- ・**妊娠中または妊娠の可能性**がある場合は医師の指示により検査が制限される場合があります。
- ・ヘルシーランチを提供しますので、**重い食物アレルギーのある方、食事に特別な配慮が必要な方は、健診前日までにウエルポ健診受付までご連絡ください。**