

1. 当日の持ち物・服装

- 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 体を動かせる服装でお越しください。（午前中に体力測定をします）



2. 当日スケジュール



※班は、健診の検査項目などで決まります

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

運動学習会で体力測定や
ストレッチを行いますので、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の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。