

# お腹を凹ます！メディカルサポート

お医者さんで

無料

特定保健指導を受けよう！

令和6年度 奈良市内特定保健指導積極的支援実施医療機関一覧表【21 医療機関】R6.10月現在

医療機関により変更等ある場合があります。詳細は各医療機関にお問い合わせください

## ご利用にあたって、必ずお読みください

- 特定保健指導は無料ですが、医師の判断により検査や治療が必要になった場合は、別途費用が発生します。
- ご利用時には、国民健康保険証・同封している特定保健指導利用券と受診結果通知表を必ずご持参ください。  
特定保健指導利用券・受診結果通知表を紛失された場合は、国保年金課（☎0742-34-4736）までご連絡ください。
- 医療機関に受診中の場合、主治医に特定保健指導を受けてもよいかの確認をしてからご利用ください。
- 市外の実施医療機関については、奈良市のホームページでご確認ください。
- 実施医療機関以外に、健康増進課（☎0742-34-5129）または都祁保健センター（☎0743-82-0341）、月ヶ瀬健康相談室（☎0743-92-0480）でも個別支援が利用できます。お問い合わせください。

| 実施医療機関名・所在地・連絡先                                                                                        | 対象者             | 対応日時           | 保健指導の特色とPRポイント                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------|---------------------------------------------------|
| <b>いしかわ心臓クリニック</b><br><br>富雄元町2丁目6-48(駐車場あり)<br>ライオンズプラザ富雄 1F<br><br>☎81-9500（要予約）                     | ◆個別指導           | 診察時間内<br>（月～土） | 心臓リハビリなどの運動療法も行っています。理学療法士もいますので、運動にお悩みの方はご相談下さい。 |
| <b>いずみクリニック</b><br><br>西大寺国見町 1-1 （駐車場あり）<br>西大寺近鉄ビル 1 階<br>近鉄大和西大寺駅から徒歩約3分<br><br>☎52-2601（要予約）       | ◆個別指導<br>●誰でも可能 | 診療時間に<br>準ずる   | 医師が運動療法、食事療法を指導し、スタッフ全員で応援します。                    |
| <b>(医)社団秋篠会<br/>今村糖尿病内科津田外科診療所</b><br><br>秋篠新町 269-4 （駐車場あり）<br>秋篠三和町バス停から徒歩 1 分<br><br>☎47-7082（予約不要） | ◆個別指導<br>●誰でも可能 | 要問合せ           |                                                   |
| <b>(医)植松クリニック</b><br><br>西大寺南町 2-6 （駐車場あり）<br>近鉄大和西大寺駅から徒歩約3分<br><br>☎45-7501（要予約）                     | ◆個別指導<br>●誰でも可能 | 月・水            | アルコール依存症治療を行っています。                                |

| 実施医療機関名・所在地・連絡先                                                                                                         | 対象者                                            | 対応日時                        | 保健指導の特色とPRポイント                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| <b>(医)岡谷会さくら診療所</b><br>南京終町 1-183-25 (駐車場あり)<br>八軒町バス停から徒歩約5分<br><br><b>☎50-1600 (要予約)</b>                              | ◆個別指導<br>●誰でも可能                                | 月～金<br>9:00～17:00           | ライフスタイルに合わせて、<br>何ができるか一緒に考えていきましょう。<br>運動施設を併設しており<br>運動体験もして頂けます。 |
| <b>清和会クリニック</b><br>学園大和町 5-724-4 (駐車場あり)<br>学園大和町四丁目バス停から徒歩約2分<br><br><b>☎52-1000 (要予約)</b>                             | ◆個別指導                                          | 月～金<br>9:00～18:00           | 医師、看護師、管理栄養士の<br>チームで全力でサポートします。                                    |
| <b>(医)栄仁会高の原すずらん内科</b><br>右京 1-3-4 (駐車場あり)<br>近鉄高の原駅から徒歩約5分<br><br><b>☎95-6888 (要予約)</b>                                | ◆個別指導<br>●自院での健診<br>受診者のみ<br>(予約状況により<br>相談可能) | 要問合せ                        |                                                                     |
| <b>(医)新生会高の原中央病院</b><br>右京 1-3-3 (駐車場あり)<br>近鉄高の原駅から徒歩約5分<br><br><b>☎71-7062 (要予約)</b>                                  | ◆個別指導<br>●誰でも可能                                | 月～金<br>9:00～16:30           | 健康な身体づくりに向けて、<br>私たちと一緒に今出来る事を見つけていきましょう！                           |
| <b>(医)社団谷掛整形外科診療所</b><br>神殿町 644-1 (駐車場あり)<br>神殿バス停から徒歩約1分<br><br><b>☎62-7577 (要予約)</b>                                 | ◆個別指導<br>●自院での健診<br>受診者のみ                      | 予約受付時間<br>月～金<br>9:00～11:00 | 医師が受ける人にふさわしい<br>保健指導を実施します。                                        |
| <b>(医)つじもとクリニック</b><br>学園北 2-1-5 (提携有料Pに2Hまで無料)<br>ローレルコート学園前レジデンス 施設棟 1階<br>近鉄学園前駅から徒歩約1分<br><br><b>☎51-7000 (要予約)</b> | ◆個別指導<br>●誰でも可能                                | 診療時間に<br>準ずる                | 何でもお気軽にご相談ください。                                                     |

| 実施医療機関名・所在地・連絡先                                                                                | 対象者                   | 対応日時                                                                                                                | 保健指導の特色と PR ポイント                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>(医)尚学会ながみクリニック</b><br>西登美ヶ丘 5-3-8 （駐車場あり）<br>西登美ヶ丘五丁目バス停前<br>☎43-3359（要予約）                  | ◆個別指導                 | 月・火・水・金<br>9:00～12:00<br>15:00～18:00<br>土<br>9:00～12:00                                                             | 脳卒中療養相談士の有資格者が<br>予防的観点からサポートいたします                                                     |
| <b>奈良市総合医療検査センター<br/>(メディカルなら)</b><br>柏木町 519-5 （駐車場あり）<br>柏木町バス停から徒歩約 5 分<br>☎33-7876（要予約）    | ◆個別指導<br>●誰でも可能       | 月～金<br>8:30～17:00<br>土<br>8:30～12:00                                                                                | 保健師、管理栄養士、健康運動<br>指導士等の専門スタッフが<br>個別に支援をいたします。<br>土曜も予約可。<br>基本的に対面での面談。<br>ICT 利用も可能。 |
| <b>奈良西部病院</b><br>三碓町 2143-1 （駐車場あり）<br>帝塚山大学前バス停徒歩約 1 分<br>☎51-8700（要予約）                       | ◆個別指導<br>●予約状況により相談可能 | 月～金<br>13:00～16:00                                                                                                  | Web サイトを介した保健指導<br>を実施。<br>インターネット環境があれば<br>生活習慣改善のための自己管理<br>がどこでも利用可能です。             |
| <b>(社医)松本快生会西奈良中央病院</b><br>鶴舞西町 1-15 （駐車場あり）<br>近鉄学園前駅から徒歩約 15 分<br>☎43-8868（要予約）              | ◆個別指導<br>●誰でも可能       | 日祝を除く<br>9:00～16:00                                                                                                 | 生活習慣改善って何から始め<br>たら良いの？気になった時が<br>改善のチャンスです。お気軽に<br>お電話ください。                           |
| <b>(医)西脇クリニック</b><br>東紀寺町 2-7-13 （駐車場あり）<br>高畑バス亭から徒歩約 5 分<br>☎27-3033（要予約）                    | ◆個別指導                 | 月～土（木除く）<br>午前中                                                                                                     | 保健指導の達成を目指して親<br>切に指導をしています。                                                           |
| <b>(医)ひかり会ひかりクリニック</b><br>学園北 1-8-8 （駐車場なし）<br>サンライトビル 5 階<br>近鉄学園前駅から徒歩約 2 分<br>☎51-0051（要予約） | ◆個別指導<br>●予約状況により相談可能 | 火・金<br>9:00～12:00<br>14:00～17:00<br>※第 1・3 金曜<br>9:00～12:00<br>15:00～18:00<br>水・土<br>9:00～12:00<br>※第 3・5 土曜は<br>休診 | あなたの「これならできる」<br>を探して、管理栄養士・看護師・<br>医師等のオールひかりで<br>サポートします。                            |

| 実施医療機関名・所在地・連絡先                                                                                                                          | 対象者                       | 対応日時                         | 保健指導の特色とPRポイント                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------------|----------------------------------------------|
| <b>ひらのレディースクリニック</b><br><br>西大寺南町 5-26 （駐車場あり）<br>T・Kビル西大寺 SOUTH 4 階<br>近鉄西大寺駅から徒歩約 2 分<br><br><b>☎52-0500（要予約）</b>                      | ◆個別指導<br>●誰でも可能           | 要問合せ                         | 担当医師が直接支援<br>（サポート）します！！                     |
| <b>安田医院</b><br><br>中山町西 2-1052-50 （駐車場あり）<br>中山町西 2 丁目バス停から徒歩約 4 分<br><br><b>☎47-0156（要予約）</b>                                           | ◆個別指導<br>●自院での健診<br>受診者のみ | 月火木金土<br>9:00～11:00          |                                              |
| <b>(医)クリニカ・ドンナ<br/>洋子レディースクリニック</b><br><br>学園大和町 3-40-2 （駐車場あり）<br>近鉄学園前駅から徒歩約 13 分<br>学園前大和 2 丁目バス停から徒歩 1 分<br><br><b>☎51-1200（要予約）</b> | ◆個別指導<br>●誰でも可能           | 月～土                          | 食事・運動指導と共に前向きの<br>人生になることを希望します。             |
| <b>(社医)平和会吉田病院</b><br><br>西大寺赤田町 1-7-1 （駐車場あり）<br>近鉄大和西大寺駅から徒歩約 18 分<br>（北口より無料送迎バスあり）<br><br><b>☎45-4601（要予約）</b>                       | ◆個別指導<br>●予約状況に<br>より相談可能 | 月～金<br>（祝日除く）<br>14:00～16:00 | 生活習慣の改善を専門職が支<br>援します。参加者の 7 割が減量<br>できています。 |
| <b>(医)よねだ内科クリニック</b><br><br>学園大和町 6-1542-382 （駐車場あり）<br>近鉄学園前駅から徒歩約 15 分<br><br><b>☎48-7310（要予約）</b>                                     | ◆個別指導<br>●誰でも可能           | 月～土<br>診療時間内                 | 栄養士による指導を行って<br>おります。                        |



**特定保健指導を受けよう！**