

令和4年度 【南区】

栄養相談のご案内

要予約

無料

赤ちゃんから高齢者までライフステージ別の食生活や、生活習慣病予防の食事など、「食」に関するご相談に、管理栄養士が個別にお答えいたします。



塩分を控えめにしたい



バランスの良い食事とは？



体重をコントロールするには？

日程

令和4年	4月	5日(火)	20日(水)
	5月	10日(火)	18日(水)
	6月	7日(火)	22日(水)
	7月	5日(火)	20日(水)
	8月	2日(火)	17日(水)
	9月	6日(火)	21日(水)
	10月	4日(火)	19日(水)
	11月	1日(火)	16日(水)
令和5年	12月	6日(火)	21日(水)
	1月	10日(火)	25日(水)
	2月	7日(火)	22日(水)
	3月	7日(火)	22日(水)

時間

- ① 10時～10時45分
- ② 11時～11時45分
- ③ 13時～13時45分
- ④ 14時～14時45分

※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、ご来所ではなくご予約の時間帯にお電話でのご相談もできます。ご予約時にお伝えください。

※治療中の方や食事療法中の方は、主治医の許可や指示が必要です。

※1週間程度の食事記録をご持参ください。



ご予約・お問い合わせは…

南区保健福祉センター健康課 管理栄養士

TEL：559-5116 / FAX：541-9914



お気軽に
どうぞ