

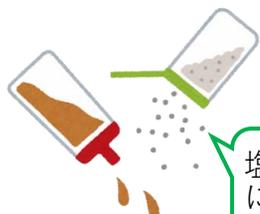
令和7年度
【南区】

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7年	4月	16 (水)	22 (火)
	5月	13 (火)	20 (火)
	6月	4 (水)	24 (火)
	7月	9 (水)	14 (月)
	8月	6 (水)	19 (火)
	9月	1 (月)	10 (水)
	10月	2 (木)	21 (火)
	11月	5 (水)	17 (月)
	12月	15 (月)	25 (木)
令和8年	1月	14 (水)	27 (火)
	2月	3 (火)	17 (火)
	3月	3 (火)	23 (月)

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

※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。

お気軽に
どうぞ



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

