

栄養相談

のご案内

食事の困りごと、気になることはありませんか？
管理栄養士がご相談をお受けします。お気軽にお申込みください。



食事バランスについて聞きたい

健康維持
したい



体重の増加・減少
が気になる
(BMI25.0以上または
18.5未満の方)



食事量について
確認したい



栄養相談ではこんなことができます

★食育SATシステム®による
食事バランスチェック



★体組成計による
筋肉量や体脂肪量の測定



●日程

令和6年	4月	22日	(月)	令和6年	10月	22日	(火)
	5月	20日	(月)		11月	13日	(水)
	6月	26日	(水)		12月	11日	(水)
	7月	24日	(水)	令和7年	1月	15日	(水)
	8月	20日	(火)		2月	19日	(水)
	9月	11日	(水)		3月	6日	(木)

- 対象：十和田市民
- 場所：十和田市保健センター
- 費用：無料
- 申込方法：※予約制
実施日の2日前までに下記の
電話番号にお申込みください。

- 時間：① 9：30～
- ② 10：20～
- ③ 11：10～
- ④ 13：15～
- ⑤ 14：05～
- ⑥ 14：55～



「栄養相談の申し込み」と
お伝えください。

<お問合せ・お申込み>
十和田市保健センター（健康増進課）
TEL：51-6791