

令和8年度

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)



妊産婦の食事・離乳食・幼児食について知りたい



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8年	4月	22日	(水)	令和8年	10月	14日	(水)
	5月	14日	(木)		11月	25日	(水)
	6月	10日	(水)		12月	16日	(水)
	7月	16日	(木)	令和9年	1月	13日	(水)
	8月	27日	(木)		2月	9日	(火)
	9月	10日	(木)		3月	16日	(火)

- 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

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

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。



「栄養相談の申込み」と
お伝えください。

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