

# 個別栄養相談会

## 2020年7月3日(金)

管理栄養士 井上わかこ先生が  
お一人ずつ個別相談します

お日にち・お時間をお選びください



### こんな方におすすめ

- \* 骨粗鬆症がきになる
  - \* 便秘がち
  - \* 便がゆるいことが多い
  - \* 食がほそい
  - \* 野菜はどのくらいとるのかしら
  - \* 調味料、油、塩は何を使う？
- など、どのようなことも相談可

6月5日(金) / 7月3日(金) 予約優先

自分の食事を、客観的にみる機会となるパーソナルの栄養相談会です。管理栄養士が担当します。

普段食べているもので私たちはできています。ちょっとした不調も、食事の見直しで改善することがあります。普段、自分が食しているものは、自分にあったものなのではないでしょうか。

テレビや新聞で見聞きする情報ではなく、心と体にやさしく、負担になりにくい食事を一緒に考えていきましょう。お申込み時に、食事チェックシートをお渡ししますので、当日お持ちください。はじめての方は当日予約時間の15分前にお越しください、チェックシートをご記入いただきます。

- ①午前 10 時-    ②午前 10 時 40 分-    ③午前 11 時 20 分-    ④午後 12 時-
- ⑤午後 1 時 30 分-    ⑥午後 2 時 15 分    ⑦午後 3 時-    ⑧午後 3 時 45 分

担当：井上わかこ 田園調布 長田整形外科 管理栄養士

30分 3300円(税込)

事前入金制 クリニック窓口 または 銀行振込

三井住友銀行 田園調布支店  
普) 1405363

でんえんちょうふおきだせいけいげ か おきだなつや  
田園調布長田整形外科 長田夏哉

<キャンセルポリシー>

予約日の7日前までにご連絡いただいた方には窓口にて全額返金いたします

お問い合わせ・お申込み: 田園調布長田整形外科受付 03-5483-7070