

食事でお困りのことはありませんか

# 栄養相談のご案内

松伏町  
保健センター



血液をサラサラにするには？  
自分では減塩に気をつけているつもりだけど、  
合っているかな？  
糖尿病を予防するにはどうしたらいいんだろう？



管理栄養士が  
食事の悩み、お答えします



【令和5年度】

4/5(水)	5/10(水)	6/7(水)	7/5(水)
8/2(水)	9/6(水)	10/4(水)	11/15(水)
12/6(水)	1/10(水)	2/7(水)	3/6(水)

【時間】 午前9：00～11：00 ※1回30分の**予約制**（個別）

- ◆場 所：保健センター
- ◆対 象：松伏町民の方
- ◆持ち物：健診や血液検査の結果票(お持ちの方)  
前日の食事メモ（何を食べたか）
- ◆料 金：無料
- ◆申込み：保健センター☎(048-992-3170)まで

