

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7年度】

4/9(水)	5/14(水)	6/11(水)	7/9(水)
8/27(水)	9/17(水)	10/8(水)	11/12(水)
12/10(水)	1/14(水)	2/25(水)	3/11(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



※すでに高度な医療（インスリン治療や透析治療等）を受けている方は相談に応じられない場合があります。