



令和7年度 <予約制>

# 栄養・食生活相談のご案内

生活習慣病の予防や健康的な食事の食べ方について、個別の相談を栄養士がお受けしています。お気軽にご相談ください。

時間：9時～正午（相談時間30分程度）

対象：区内在住者

- ・予約時間枠は ①9時～
- ②9時45分～
- ③10時30分～
- ④11時15分～ のいずれかになります。



| 実施日 | 高井戸<br>保健センター | 荻 窪<br>保健センター | 高円寺<br>保健センター |
|-----|---------------|---------------|---------------|
| 4月  | 3日            | 11日           | 15日           |
| 5月  | 8日            | 9日            | 20日           |
| 6月  | 5日            | 13日           | 17日           |
| 7月  | 28日           | 11日           | 15日           |
| 8月  | 25日           | 8日            | 19日           |
| 9月  | 29日           | 12日           | 16日           |
| 10月 | 20日           | 10日           | 21日           |
| 11月 | 17日           | 14日           | 18日           |
| 12月 | 15日           | 12日           | 16日           |
| 1月  | 19日           | 9日            | 20日           |
| 2月  | 16日           | 13日           | 17日           |
| 3月  | 16日           | 13日           | 17日           |

## 上記の申し込み・問い合わせ先



荻 窪 保健センター  
高井戸 保健センター  
高円寺 保健センター

(荻窪5-20-1)  
(高井戸東3-20-3)  
(高円寺南3-24-15)

☎3391-0015  
☎3334-4304  
☎3311-0116