

バランスよく食事
とれているかしら？

食事の硬さ、量は
大丈夫かしら・・・？


食事があまり
食べられない・・・





食事のことでお困りの方！
管理栄養士に相談してみませんか？！


訪 問 栄 養 相 談

在宅でお過ごしの高齢者の皆さま 「何を食べたら元気に過ごせるの？」
「バランス良く食事が揃えられない」「最近、食事があまり食べられない」
などのお悩みありませんか・・・？
そんな時は、お気軽に**健康課**へご相談下さい。

 **日 時** 毎週月～金曜日（祝祭日及び12/28～1/4を除く）
午前9時～午後5時

 **場 所** ご自宅に伺います。（健康課窓口でも相談できます。）

 **用意いただくもの** 健診結果票（健康状態のわかるもの）

 **申込・問合せ** 市役所健康課 ☎ 63-8312