

作って 食べて 学ぼう!!



適正なたんぱく質を摂って、

筋肉を維持しましょう!!

糖尿病・高血圧症の集団栄養指導

調理実習のご案内

当クリニックでの調理実習では、自宅に帰ってから

必ず活用できる内容を目指し、企画しています。

今回は、「自分に必要なたんぱく質の量を知る。」がテーマです。

なぜ、適量のたんぱく質を摂ることが必要なのか。

どんな食品からたんぱく質を摂ることがいいのか。などの説明もいたします。ご興味のある方はスタッフへお声がけください。

※) 糖尿病性腎症など腎機能障害がある方は事前にお知らせください。



日程：2021年10月10日(日)

時間：10:00～12:00頃まで

対象：当クリニックで糖尿病・その他生活習慣病の治療を受けている方
そのご家族の方、その他のご希望者

会費：栄養指導料(健康保険自己負担3割の方:240円,1割の方:80円)
+ お食事代¥800円

ご家族の方^注:1000円、その他ご希望者:1500円

場所：クリニック内 多目的室

持ち物：エプロン、ハンドタオル、マスク着用必須