

ココロもカラダも
元気になる秘訣
それは
毎日の食事

支援センターイチオシの 人材バンク管理栄養士による 食アドバイス

やってよかった！
120%

WEBで簡単
申込！

ハート

食事♡診断

食生活についての
質問ができる



家族の
食生活にも
役立つ！

不足&
摂りすぎが
一目瞭然

食生活の
悩みを解決！

写真をとって
献立名を
記入



栄養バランス
分析



結果
送付

市民の方対象
無料

【お問い合わせ先】

公財) 武蔵野健康づくり事業団 健康づくり支援センター
☎0422-51-0793 〒180-0001 武蔵野市吉祥寺北町4-8-10

武蔵野 健康づくり支援センター



※詳細は裏面またはHP

食事♡診断

食の栄養バランス診断プログラム

Webで申込

HPの申込フォームに必要事項
献立名などを入力



記録表で申し込み

窓口で記録表を受け取り、
必要事項、献立名などを記入



支援センターに
郵送または持参

診断結果は7日以内（土日祝除く）に送付または郵送

※合わせて**食事写真送付**の場合は
食材・量の記入は省略可
下記のQRコードから、
件名にお名前を入力し別途送信



結果診断表



※食生活改善のきっかけづくりの事業です。
病気等で特別な食事療法等が必要な方はご遠慮ください。

武蔵野健康づくり事業団 健康づくり支援センター

毎日の食事づくりに！
『栄養コ・ス・パ満点時短レシピ』
はこちら→

