

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

NEXT

栄養バランス
分析

NEXT

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

記録表で申し込み

HP の申込フォームに必要事項
献立名などを入力



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2週間程度で送付または郵送

～結果診断表～

対象：20歳以上の武蔵野市在住の方

※食生活改善のきっかけづくりの事業です。

病気などで特別な食事療法等が必要な方はご遠慮ください。

お申し込み・お問い合わせ

(公財) 武蔵野健康づくり事業団 健康づくり支援センター
武蔵野市吉祥寺北町4-8-10 武蔵野市立保健センター1階

0422-51-0793(平日午前8時30分～午後5時)

