

食生活のいいところ・見直しポイントチェック！

あなたの食事は★いくつ？

無料

たった20分で食事内容まるわかり

ステップ1

たくさんある食品サンプルから1食分を選ぶ

ステップ2

選んだ食品サンプルをセンサーの上に乗せて、エネルギーや栄養素のバランスをチェック！

ステップ3

管理栄養士と一緒に食生活について確認！

◆開催日時

開催日	開催時間帯	備考
6月7日(火)	9:20~11:30	左記日程から 所要時間20分 予約制です。 (※定員になり次第、 締め切らせて頂きます。)
8月23日(火)		
9月13日(火)		
11月29日(火)	13:20~15:30	
1月24日(火)	9:20~11:30	

会場

甲府市保健センターブレイルーム（裏面地図参照）

申込み・お問合せ

甲府市役所地域保健課（甲府市健康支援センター）
TEL:055-242-8301（9:00~17:00）土日祝日除く



【参加を希望される方へのお願い】

- ※1 感染症予防のため、当日はマスクの着用をお願いします。
- ※2 当日、体調が優れない、または発熱がある場合には地域保健課へご連絡の上、来場を控えていただきますようお願いいたします。
- ※3 新型コロナウイルス感染症の状況により、変更になる場合があります。ご了承ください。

甲府市健康支援センター案内図



住所: 甲府市相生2-17-1 甲府市健康支援センター

バス(山梨交通)

- ・千秋橋経由山梨大学医学部附属病院行き
「甲府市健康支援センター入り口」バス停下車 徒歩約5分
- ・後屋経由山梨大学医学部附属病院行き
「甲府市健康支援センター入り口」バス停下車 徒歩約5分
- ・駿台今井キャンパス行き
「甲府市健康支援センター入り口」バス停下車 徒歩約5分

電車(JR中央本線) 甲府駅より徒歩約30分