

女子栄養大学 栄養クリニック

ヘルシーダイエットコース HEALTHY DIET COURSE

2019年10月コースのお申し込みは
6月13日9:30~から承います

充実の6ヶ月間であなたの健康を
見直してみませんか？

クリニックだからできる充実した検査！

一般的な血液検査はもちろん、普段はあまり機会が無い各種検査も実施します。

- 身長・体重・血圧・腹囲・皮下脂肪厚
- 尿、血液検査（コース期間中3回実施）
- 遺伝子検査（肥満や高血圧、認知症のDNA検査）
- DEXA（全身による骨密度、体脂肪量を測定）
- 安静時代謝（呼吸によるエネルギー代謝量を測定）
- 心電図、頸動脈エコー（血管壁で動脈硬化を調査）



管理栄養士を中心に、医師、看護師、運動指導員、料理研究家が一丸となって
専門家があなたの健康をしっかりサポート



栄養相談

お一人おひとりに、担当の管理栄養士がアドバイス！日々の不安や悩みもお気軽ににご相談ください。



学べる講座

医師、教授による厳選した講座です。食事の「正しい知識」を身につけましょう！



昼食・レシピ

今泉久美先生による減塩・低カロリーでも美味しくできる秘密を伝授！昼食は厨房で手作りします。



運動指導

太藻ゆみこ先生による「正しい立ち姿」からしっかり動かせる体作りまで細かくアドバイス！

修了後のアフターフォローも万全

- ・コース修了後も3か月後と6か月後に「フォローアップ講座」を開催。修了後もサポートいたします。
- ・年1回（7月頃）に「卒業生の会」も開催。世代を超えて交流や情報交換をお楽しみいただけます。

▶ お申し込み・お問い合わせは お電話で！ 受付時間 平日（月～金曜）9：30～17：00 03-3918-6181 女子栄養大学 栄養クリニック

ヘルシーダイエットコースとは

検査によるオーダーメイドの健康法をご提供！
生活習慣病の予防・改善を中心に学習し、正しい食生活を身につけるコースです。

受講日程(6ヶ月間 火曜日 10:00~15:00 全12回)

10月1日	10月8日	10月29日	11月12日	11月26日	12月3日
初回検査			中間検査		
12月17日	1月7日	1月21日	2月4日	2月18日	3月10日
最終検査			修了式		

【事前検査日】：安静時代謝の測定・頸動脈エコー検査・食事記録の聞き取りを実施します。

事前に検査と各種書類の記入が必要となります(所要時間2時間程度) ※ ご入金いただいたからの完全予約制になります
9月24日(火)・25日(水)・27日(金)のいずれかにご来院いただきます。(2時間程度)

主な1日のながれ



身体測定



運動指導
(60分)



昼食・説明



講義
(45分)



栄養相談

受講料：150,000円

入会金：5,000円

教材費：最大5,450円

診療費：～10,000円(保険適用あり)

定員：15名

*定員になり次第募集を締め切らせていただきます。

(入金後の返金は致しかねますのでご了承ください)

*2020年4月コースよりリニューアルのため、料金の改定をさせていただきたいと存じます。

女子栄養大学 栄養クリニック

〒170-8481 東京都豊島区駒込 3-24-3

TEL: 03-3918-6181 FAX: 03-3915-3760

山手線駒込駅 北口改札より徒歩5分(看板あり)

東京メトロ南北線 5番出口より徒歩4分



お申し込みはお電話で！ 受付時間 平日(月～金曜) 9:30～17:00

03-3918-6181