

ヘルシーダイエットコース

HEALTHY DIET

COURSE

2020年4月コースのお申込みは

2020年1月14日(火)9:30~

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、遺伝子検査も実施します。

- 尿、血液検査(コース期間3回実施)
- 高精度体組成計による測定
- 心電図、頸動脈エコー測定(血管壁で動脈硬化を検査)
- 皮下脂肪厚測定
- DEXA(全身による骨密度、体脂肪量を測定)
- 遺伝子検査(肥満や高血圧、認知症のDNA検査)

管理栄養士を中心に、医師、運動指導者、料理研究家がチームとなって

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！日々の不安やお悩みもお気軽にご相談下さい。



学べる講座

医師、女子栄養大学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野菜が多く減塩・低エネルギーでもおいしくできるコツを伝授！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づくりまで細かくアドバイス！

コース修了後のアフターフォローも万全

- ・コース修了後の3ヶ月後と6ヶ月後に「フォローアップ講座」を開催。修了後もサポート致します。
- ・年1回、「卒業生の会」も開催。世代を超えて交流や情報交換もお楽しみいただけます。

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 9:00~15:00 全12回)

4月7日	4月14日	4月21日	5月12日	5月26日	6月9日
------	-------	-------	-------	-------	------

初回検査

中間検査

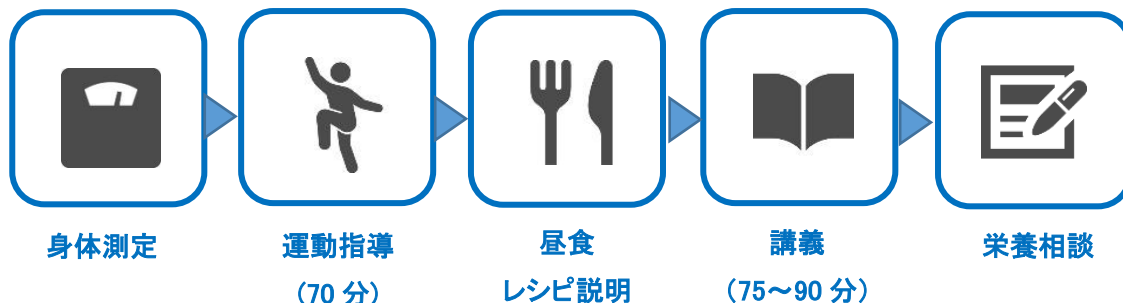
6月23日	7月7日	7月21日	8月18日	9月1日	9月15日
-------	------	-------	-------	------	-------

最終検査

修了式

【事前検査】:3月23日(月)・3月24日(火)のいずれかにご来院いただきます。
頸動脈エコー検査・管理栄養士の面談・遺伝子検査説明を行います。所要時間1時間半程度。
(事前に各種書類のご記入が必要となります)

1日の主なスケジュール



受講料: 275,000 円(税込)

入会金: 5,000 円(税込)

* 教材費、診療費(保険適応あり)別途

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下さい。

* 2020年4月コースより、料金の改訂をさせていただきます。

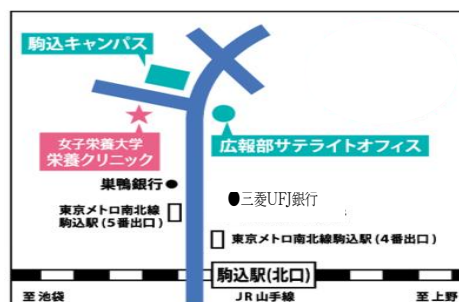
女子栄養大学 栄養クリニック

〒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



お申込みはお電話で！ 受付時間 平日(月~金) 9:30~17:00
03-3918-6181