

体組成測定と
骨密度検査が
受けられる！

2025

ヘルシーダイエットコース

～骨から元気に～

美しい姿勢を手に入れよう！

お申し込み
受付開始1/14～

申込締切
4/4



6か月間の充実したプログラム

あなたの状態をチェック！！

＜検査・測定＞ 血液・尿検査、体重・体組成測定、血圧測定、握力測定、骨密度検査*

(*骨密度検査は、新型X線骨密度測定装置(DEXA)で、全身の骨密度などの体組成を測定いたします)

管理栄養士のアドバイス

＜栄養相談＞ 半年間あなたの専属栄養士が食生活習慣改善のお手伝い

あなたにあった食べ方を学ぶ

＜講座＞ 自分自身の食べ方の癖を知り、四群点数法を使って学ぶ

心と体が元気になるおいしい食事

＜食事＞ ヘルシーでバランスよく、満足できる献立。レシピ解説付き

しなやかに動ける体づくり

＜運動＞ スタジオでのグループレッスンとウォーキングイベント

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2025

<日程>

期間：6か月間（4/22～11/25） 火曜日

時間：9：30～12：00（食事ありの場合13：00）

1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目
4/22	5/13	5/20 [●]	6/3	6/10 [●]	6/24
7回目	8回目	9回目	10回目	11回目	フォロー
7/8 [●]	7/29	8/19 [●]	9/2	9/16	11/25

日程は変更になる場合があります

[●]マークは昼食があります

<スケジュール>



講義



運動



栄養相談



食事

<受講料>

170,000円（税込）＊教材、各種検査費用込み

<入会金>

5,000円（税込）＊再コースの方は入会金は不要

お申し込みは

女子栄養大学栄養クリニック

Tel : 03-3918-6181

Mail : clinic@eiyo.ac.jp

