



令和7年度

# へるしー親子相談



登別市内の子育て支援センターで、管理栄養士・保健師による

『へるしー親子相談』を開催します。

体重測定や食事・健康の相談をすることは、日々の食事や運動、生活習慣などを振り返るきっかけになります。

自分の健康・家族の健康のために、ぜひご利用ください♪

## 令和7年度 日程表

場所	中央子育て支援センター	鷺別子育て支援センター	登別子育て支援センター	富岸子育てひろば
日程	4月14日(月)	5月12日(月)	6月16日(月)	7月8日(火)
	8月18日(月)	9月8日(月)	10月20日(月)	11月11日(火)
	12月15日(月)	1月19日(月)	2月16日(月)	3月10日(火)

【内容】登別市の管理栄養士・保健師が下記の相談を行います

- ・体組成測定
- ・栄養相談
- ・ダイエット相談
- ・その他健康に関する相談

【時間】10:30~11:30の間で1人15分程度

【予約】不要

【費用】無料



こんな方はぜひご相談ください!

自分の健康が心配

最近体重を計っていない



食事の改善をしたいけどなかなかできない

問い合わせ 登別市保健福祉部健康推進グループ（総合福祉センターしんた21内）

☎0143-85-0100