

11月・12月 栄養クリニック 催しのお知らせ

教室ごとに予約受付期間を設けておりますので、該当期間にお電話にてお申し込みをお願い致します。
お手数ですが、お申し込みはご本人様に限らせていただきます。

テーマ	実施日	予約受付期間	参加費等
からだにやさしい 霜月膳 晩秋の食材を使用して、和風ポトフ・さつま芋のカッテージチーズ和え・里いもごはんなど、栄養バランスのとれた霜月膳をつくります！ （担当：木戸 詔子）	11月8日（火） 11月9日（水） 10：00～13：00	10月17日（月） ～10月28日（金） 9：00～16：30 まで ※土日祝日を除く	参加費：2,000 円 定 員：16 名 持ち物：エプロン 手ふきタオル 三角巾 
免疫力を高める！健康料理教室 日々の食事を見直して、健康長寿を目指しましょう！ ～ささみの柚子こしょう焼き・ほうれんそうとひじきの生姜和え・里芋のカボス入りみそ汁・きんとん～ （担当：日野 千恵子）	12月8日（木） 12月9日（金） 10：00～13：00	11月14日（月） ～11月30日（水） 9：00～16：30 まで ※土日祝日を除く	
12月のおもてなし料理～ホームパーティ～ ローストビーフ・リースサラダ・カナッペなど 年末のホームパーティ用の料理をご紹介します☆ （担当：木戸 詔子）	12月13日（火） 12月14日（水） 10：00～13：00		

※全ての教室で、お子様1名につき1,000円で保育サービスをご利用いただけます。

京都女子大学栄養クリニック（TEL：075-531-2136）

お電話にてご予約承ります。また、ご予約キャンセルの際には1週間前までにご連絡をお願い致します。それ以後のキャンセルは、キャンセル料として教室参加費の全額を頂戴しております。

お申し込み時 注意事項

1. 保育サービスがご利用できます。

全ての教室でお子様 1 名につき 1,000 円で保育サービスをご利用頂けます。サービスご利用の方は、お申込みの際にお知らせ下さい。サービスご利用のキャンセルは、3 日前までをお願い致します。それ以降のキャンセルは、キャンセル料としてお子様 1 名につき、1,000 円を頂戴しております。

2. 電話にてご予約承ります。

教室の 1 週間前に食材の発注を行っているため、ご予約キャンセルの際には 1 週間前までにご連絡をお願い致します。これ以降のキャンセルは、キャンセル料として教室の参加費全額を頂戴しております。

3. 当栄養クリニックには、駐車スペースがありません。

お車でお越しの方は、お近くの有料駐車場をご利用ください。（プリンセスラインバス停留所・京都女子大学前に隣接した豊国廟駐車場がございます。）

栄養相談の ご案内

個人相談

初回 2,000 円

再来 1,500 円(6ヵ月以内)

食事や栄養についてのご相談をお受けします。
管理栄養士が、一人ひとりに合わせた食事のアドバイスを
行います。お気軽にご相談ください！

食事分析

1 日分 1,500 円 3 日分 4,000 円

食事の写真から栄養素のバランスをチェックし、
食事アドバイスを行います。