



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
低エネルギー調理の工夫を学ぶ ～冬の食材を使った和食献立～ 菜飯・根菜煮物・和え物・酢の物・れんこんすり流し汁 (担当：木戸詔子)	1月14日(木) 1月15日(金) 各日10:00～13:00	12月11日(金)～ 定員が埋まるまで 9:00～16:30まで ※但し、土曜日曜は除く。	参加費：1,500円 定員：16名 持ち物：エプロン 手ふきタオル 三角巾
テーブルコーディネート講座 日本の食文化を大切にする食空間演出 ～冬から春～ 食卓で日本の歳時や季節感を演出 する方法について楽しく学んでいただきます。 (担当：中野久美子氏)	1月19日(火) 14:00～16:00		参加費：1,500円 定員：18名 持ち物：なし
アンチエイジングのための献立と調理 ～いつまでも若々しく健康でいるために～ 「抗酸化力のある魚介類・野菜を使って」 (担当：日野千恵子)	2月24日(水) 2月25日(木) 各日10:00～13:00	1月20日(水)～ 定員が埋まるまで 9:00～16:30まで ※但し、土曜日曜は除く。	参加費：1,500円 定員：16名 持ち物：エプロン 手ふきタオル 三角巾

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 500 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、500 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、駐車スペースがございません。

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 1,500 円 再来 1,000 円

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！

身体測定

1 回 500 円

骨密度や身長、体重、体脂肪、血圧等の測定、簡易貧血
検査を行い、健康状態をチェックします。

食事分析

1 日分 1,500 円 3 日分 4,000 円

食事の記録から栄養素の過不足やバランスをチェック
し、食事アドバイスをを行います。