令和８年度

# ヘルシー食生活相談

管理栄養士による個別相談
１回　３０分間程度　無料

要予約

**＊予約・連絡先は、金沢市保健所地域保健課です。**
**電話234－5102　　FAX234－5104**
**（月曜日～金曜日　8:30～17:15 に連絡をお願いします。）**
**＊相談会場は、駅西・泉野・元町の各福祉健康センターです。**
**いずれも相談予約時間は、9:30～と 10:30～です。**

| 相談日 | 駅西福祉健康センター<br>第２・４水曜日 | | 泉野福祉健康センター<br>第１・３木曜日 | | 元町福祉健康センター<br>第１・３火曜日 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 令和8年4月 | ８日 | ２２日 | ２日 | １６日 | ７日 | ２１日 |
| ５月 | １３日 | ２７日 | ７日 | ２１日 | １２日（第2） | １９日 |
| ６月 | １０日 | ２４日 | ４日 | １８日 | ２日 | １６日 |
| ７月 | ８日 | ２２日 | ２日 | １６日 | ７日 | ２１日 |
| ８月 | １２日 | ２６日 | ６日 | ２０日 | ４日 | １８日 |
| ９月 | ９日 | ３０日（第5） | ３日 | １７日 | １日 | １５日 |
| １０月 | １４日 | ２８日 | １日 | １５日 | ６日 | ２０日 |
| １１月 | １１日 | ２５日 | ５日 | １９日 | １０日（第2） | １７日 |
| １２月 | ９日 | ２３日 | ３日 | １７日 | １日 | １５日 |
| 令和9年1月 | １３日 | ２７日 | ７日 | ２１日 | ５日 | １９日 |
| ２月 | １０日 | ２４日 | ４日 | １８日 | ２日 | １６日 |
| ３月 | １０日 | ２４日 | ４日 | １８日 | ２日 | １６日 |

# 栄養ほっとライン

離乳食や幼児食、健康のための食事など、食事や栄養について「困った！」「どうすればいいのかな？」などと思ったら、お気軽にお電話ください。管理栄養士が相談に応じます。

**電話番号　234－1498　金沢市保健所地域保健課内**
**開設時間は月曜日から金曜日の 8:30～17:00 です**
**（祝日、年末年始を除く）　相談無料・秘密厳守**