

食事栄養相談の流れ

食生活の
聞き取り

普段の食事内容についてお伺いします。

栄養バランス面、食事回数、食事時間、嗜好、外食の頻度、など



例えば・・・

● **糖尿病、高血圧、脂質異常症**

減塩食の工夫の仕方や栄養バランス食

● **低栄養** 効率の良い栄養のとり方

● **誤嚥防止** 飲み込みやすい食事 など

食事で気をつける
ことの説明

食生活改善の提案

お聞きした食生活をもとに、改善すべきポイントをお話しし、具体的な方法について相談しながらご提案します。

必要に応じて…
簡単な調理法、宅配弁当の紹介、
外食の選び方、とろみのつけ方など



(希望者)

繰り返しサポート

減量や血糖コントロールを目的に、食生活改善の継続サポートができます。

● 食事記録や体重測定をしていただき、食事の調整点やおすすめの調理法など、具体的に随時ご提案します。

