

おうちで 食事と栄養の電話相談

無料

フレイルとは、健康と介護が必要な状態の中間で、早めの対策で予防が可能です。この度、75歳以上の方に札幌市が実施した健康診断の結果から、フレイルの心配のある方を対象にご案内しますので、ぜひご利用ください。

食事と栄養の相談で、早めにフレイル予防を始めませんか？

【おうちで食事と栄養の電話相談の流れ】

札幌市にお申込み(受付)

管理栄養士が
電話で、フレイル
予防・改善プログラム
と一緒に考えます。

北海道栄養士会(札幌市委託)から電話
(ご希望の日時をお聞きし、相談日を決めます)

管理栄養士による食事と栄養の電話相談
(訪問も可能です)



初回の電話から1か月後、3か月後
(状況をお伺いします)

*食事指導を受けている方は、かかりつけ医とご相談の上でお申し込みください



◎昨年度の利用者の声◎

- ・体重が増えてうれしい！相談して本当に良かった。
- ・自分に不足している食材が良くわかった。



お問い合わせ・お申込み(令和7年 7月 31日まで)

札幌市保健福祉局ウェルネス推進部ウェルネス推進課

お気軽にお問合せ、
お申込みください。

☎ 011-211-3516 (平日9:00~17:00)

(電話相談の実施団体) 北海道栄養士会

【主催】札幌市保健福祉局ウェルネス推進部ウェルネス推進課

【事業実施団体】札幌歯科医師会・北海道歯科衛生士会・北海道栄養士会