

令和8年度 妊産婦とご家族のための栄養・食事相談(予約制)

妊娠中や産後・ご家族の食事について、

知りたいことや困っていること、不安なことがありましたら、お話ししてみませんか？

妊婦さんや産婦さんにとって、必要なエネルギーや栄養素を十分にとるために食生活はとても大切です。

健康福祉センター管理栄養士がご相談をお受けします。お気軽にご利用ください。

【利用方法】 担当月の健康福祉センターへお電話でご予約ください(予約受付時間 平日9時から17時)。

各月の予約は、前月1日から相談日の5営業日前まで可能です。

【相談方法】 電話、対面、オンラインで行っています。予約時にご希望をお知らせください。

【相談時間】 1回あたりおおむね30分程度となります。

実施日	時間	実施日	時間	担当センター	申込先
4月7日	9:30~10:00	4月17日	13:30~14:00	板橋健康福祉センター	03-3579-2333
	10:20~10:50		14:20~14:50		
	11:10~11:40		15:10~15:40		
5月7日	13:30~14:00	5月21日	9:30~10:00	高島平健康福祉センター	03-3938-8621
	14:20~14:50		10:20~10:50		
	15:10~15:40		11:10~11:40		
6月5日	13:30~14:00	6月9日	9:30~10:00	赤塚健康福祉センター	03-3979-0511
	14:20~14:50		10:20~10:50		
	15:10~15:40		11:10~11:40		
7月3日	9:30~10:00	7月29日	13:30~14:00	板橋健康福祉センター	03-3579-2333
	10:20~10:50		14:20~14:50		
	11:10~11:40		15:10~15:40		
8月6日	9:30~10:00	8月7日	13:30~14:00	赤塚健康福祉センター	03-3979-0511
	10:20~10:50		14:20~14:50		
	11:10~11:40		15:10~15:40		
9月4日	13:30~14:00	9月16日	9:30~10:00	志村健康福祉センター	03-3969-3836
	14:20~14:50		10:20~10:50		
	15:10~15:40		11:10~11:40		
10月14日	13:30~14:00	10月22日	9:30~10:00	上板橋健康福祉センター	03-3937-1041
	14:20~14:50		10:20~10:50		
	15:10~15:40		11:10~11:40		
11月6日	13:30~14:00	11月20日	9:30~10:00	高島平健康福祉センター	03-3938-8621
	14:20~14:50		10:20~10:50		
	15:10~15:40		11:10~11:40		
12月4日	9:30~10:00	12月9日	13:30~14:00	板橋健康福祉センター	03-3579-2333
	10:20~10:50		14:20~14:50		
	11:10~11:40		15:10~15:40		
1月15日	13:30~14:00	1月21日	9:30~10:00	赤塚健康福祉センター	03-3979-0511
	14:20~14:50		10:20~10:50		
	15:10~15:40		11:10~11:40		
2月3日	9:30~10:00	2月18日	13:30~14:00	志村健康福祉センター	03-3969-3836
	10:20~10:50		14:20~14:50		
	11:10~11:40		15:10~15:40		
3月9日	13:30~14:00	3月16日	9:30~10:00	上板橋健康福祉センター	03-3937-1041
	14:20~14:50		10:20~10:50		
	15:10~15:40		11:10~11:40		

※なお、栄養・食事に関する相談は、全ての健康福祉センターで随時お受けしております。

事業等により、その場でお受けできない場合がありますので、ご希望に合わせて予約制もご利用ください。