

栄養通信

～ 食事宅配サービス ～

八月に入り暑い日が続いていますが、体調管理は大丈夫でしょうか？
体力が落ちないように日頃からバランスの良い食事を心がけたいものですね。
日々の栄養相談では、バランスの良い食生活が続けられるよう宅配サービスを
紹介することがあります。
そこで今回は食事宅配サービスについて取り上げたいと思います。

宅配サービスのメリット

- ①.毎日の食事作りの負担を軽減できる。
- ②.食事制限が必要な方向けの食事が選べる。
- ③.飽きずに続けられるよう豊富なメニューが用意されている。

宅配会社を選ぶポイント

- ①.宅配方法
(冷凍、冷蔵など)
- ②.疾病に合う食事があるか
- ③.価格
- ④.管理栄養士のアドバイスを
受けられるか

宅配弁当・宅配食事サービスは様々な種類があります。
そのため、実際に利用するときには迷ってしまうと思います。
栄養科からも宅配サービスの紹介はできますので、
お気軽にご相談ください！



栄養指導のご案内

当院では外来、入院共に医師の指示に基づき、個別に栄養指導を行っております。

糖尿病、腎臓病、高血圧、脂質異常症、肥満症など様々な疾患に対し、管理栄養士が患者様の日常生活や食習慣に合わせた内容でお話しします。お気軽にご相談ください。



栄養指導のご利用について

栄養指導は管理栄養士が担当し、時間は30分程度となっております。

生活習慣病（糖尿病、腎臓病、高血圧、脂質異常症、肥満症など）の方や医師が栄養（食事）指導を必要とする方を対象に行っております。

～☆ 栄養指導をご希望の方は

医師にご相談ください

