

## 栄養指導のご案内

北秋田市民病院では外来で栄養指導を実施しております。

1回およそ30分で、ご本人や調理担当のご家族と一緒に普段の食事内容を聞き取り、お食事のアドバイスを行っています。

是非、気軽にご相談ください。

### 【このようなことでお悩みではないですか？】

- ・糖尿病と言われたが何をどうやって食べればいいのかわからない(糖尿病)
- ・自分に合った減塩の方法を知りたい(高血圧症)
- ・最近、食欲がなくなって体重が減ってきた(低栄養・体重減少)
- ・食事でおせる。ミキサー食の作り方を知りたい(嚥下困難)  
そのほか脂質異常症・腎臓病などで食事療法が必要な方など。



### 【実施内容】

- ・食事内容聞き取り  
(調理担当者・食事回数・食事時間・間食習慣・飲酒習慣など)
- ・お悩みの内容を確認
- ・食事のアドバイス
- ・資料の提供など

