

健康相談窓口

プロテインやサプリメントは
効果があるの？

疲労回復に効果的な
食事ってあるの？

健康的にダイエットしたいけど
食事で気を付けることは？

食事面・運動面でお悩みありませんか？

普段のトレーニングルームではなかなか
食事のサポートはできません。
この機会に思い切って相談してみませんか？
あなたのお悩み解決します！！

※窓口設置日以外でも質問は随時受け付けます。

窓口設置日 平成 30 年度 5 月 10 日、24 日、31 日
6 月 14 日、21 日、28 日 各木曜日 全 6 回 11 ～ 12 時

対 象 トレーニングルーム利用者

相 談 料 無料（別途トレーニングルーム利用料 ※月券をお持ちの方は不要）

場 所 岡崎中央総合公園 トレーニングルーム

講 師 健康運動指導士 福谷 尚也
管理栄養士専攻 愛知学泉大学 学生

申 込 み 当日トレーニングルーム受付にて ※予約不要

問合わせ先 岡崎中央総合公園 TEL 0564-25-7887 FAX 0564-25-5815