

# 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 令和3年1月17日（日）  
午前10時～午後0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）

場所 岡崎中央総合公園 トレーニングルーム

講師 管理栄養士 鈴木 麻美  
健康運動指導士 福谷 尚也

申込み 当日1時間前よりトレーニングルーム受付にて

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