

健康増進をサポート

管理栄養士が  
対応します！

# 健康テラス



## 健康テラスとは

疾病予防と健康増進を目的として、誰もが気軽に健康相談や健康チェックが出来ます。  
皆さまがご自宅で安心してお過ごしできるように、様々な職種の医療スタッフが連携し、サポートいたします。

### 無料栄養相談（所要時間5～10分）

気になることがありましたらお気軽にご相談ください。

### 有料栄養相談（所要時間30分）

管理栄養士があなたに合ったプランを提案いたします。

ご希望の方のみ

- ・身長・体重・握力測定：無料
- ・In Body測定：有料

保険適応も可能です！

料金表（税込）	一般	健康塾会員
有料栄養相談	2000円	1400円
体組成分析(In Body)	1000円	700円
体組成分析(In Body) 年4回コース	3600円	2500円

### 西宮スムージーの試飲・販売

旬の野菜や果物の栄養を美味しく手軽に摂れるスムージーにご用意しています。

スムージー1杯	220円(税込)
---------	----------



メニューは週替わり！！

### 健康手帳の販売

ご自身の血圧など体調の変化を記録し、健康管理が出来ます。また、食事記録をつけることも出来ます！

リングファイル	330円(税込)
心臓リハビリ手帳	110円(税込)
血圧手帳	110円(税込)

リングファイルには  
スムージー1杯無料券が  
付いています！



### 月1回の健康講座（事前予約が必要）

毎月違ったテーマで行っています。お気軽にご参加ください。

### 栄養剤・栄養補助食品の販売

食事の量が少なくなっている方などが手軽に栄養摂取できるゼリーやドリンクなどをご用意しています。

### 西宮わたなべ在宅栄養ステーション(在宅訪問栄養指導の窓口)

ご自宅に管理栄養士が伺い、栄養や食事のご相談が出来ます。(保険適応可)

### 介護食器・介護用品・スポーツ用品の展示

片麻痺やリウマチで手指の動かしにくい方などがスムーズに食事が摂れる食器や  
自助具の展示や販売を行っています。



【アクセス】  
JR西宮駅から徒歩約5分  
阪神西宮駅から徒歩約7分

【営業時間】月～金:9時～16時半 / 土:9時～12時 / 日・祝:休み

※健康テラスへは、国道2号線沿いの  
入り口からお越し下さい。

 西宮渡辺心臓脳・血管センター

【お問合せ】☎ 0798-36-1860(健康館受付)