

# 栄養相談

		受付日	令和 年 月 日			担当											
氏名		男女	年齢	身長	cm	BMI											
				体重	kg	標体											
運動種目	回数/W 1回 分程度																
相談内容 (健康体・一般)																	
身体状況	良好 普通 悪い( )																
<u>生活状況</u> ・一人暮らし ・家族と同居 ・学生 ・主婦 ・事務職 ・立ち仕事( ) ・アルバイト																	
<u>生活リズム</u> <table style="width:100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width:20%; text-align: center;">0</td> <td style="width:20%; text-align: center;">6</td> <td style="width:20%; text-align: center;">12</td> <td style="width:20%; text-align: center;">18</td> <td style="width:20%; text-align: center;">24</td> </tr> <tr> <td colspan="5" style="border-top: 1px solid black; border-bottom: 1px solid black;"></td> </tr> </table>								0	6	12	18	24					
0	6	12	18	24													
<u>食事状況</u> 食事をつくる人[ 本人・親・妻・子ども・夫 その他( ) ] 家 外(コンビニエンスストア・ファーストフード・飲食店)																	
朝( )	昼( )	夜( )	間食	アルコール・清涼飲料													
備考																	
<u>アドバイス</u>	熱量	Kcal															
1. 減量    2. 食事のバランスチェック    3. スポーツのための栄養    4. 病態 5. 太りたい    6. 筋肉をつけたい    7. その他																	