

スポーツ選手のための栄養サポート

スポーツ栄養相談

1階

栄養指導室

予約制

管理栄養士がスポーツドクターと連携し栄養サポートします。

予約制

月曜～金曜 9:00～17:00

※ご希望の方はスタッフにお声がけいただくか、お電話で栄養相談の予約をお取りください。

スポーツ栄養って？

スポーツ選手が試合で最大限能力を発揮したり、ケガを予防して質の高いトレーニングを実施し、競技を長く続けられるようにするための食事法です。

- ・ 試合前には何を食べると効果的？
- ・ プロテインってどのくらい飲んでもいいの？
- ・ 身長が伸びるためには何を食べるべき？
- ・ 水分補給は具体的にどうしたらいい？



などの様々な質問に、専門的にお答えします。お気軽にご相談ください。

保険診療の場合、費用は800円程度です。詳しくは外来受付まで。



社会医療法人 全仁会

倉敷平成病院

予約専用

(予約受付 月～金/8:30～17:00 土/8:30～12:00)



086-427-1140

平成29年8月