

別添資料 3-3 栄養改善計画書(例)

お名前 \_\_\_\_\_ 作成日 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

**わたしのゴール** (〇〇〇ができるようになる、もっと元気そうになるなど)

**わたしの目標** ( \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日まで)  
(体重を〇kg増やそう、毎日、〇〇〇を〇〇〇〇して食べようなど)

**わたしの計画 (食事・その他)**  
(目標を達成するための計画を書いてみましょう)

特記事項

担当者 \_\_\_\_\_