

食生活展 (フードモデル・パネル)

1日の食事目安量や、
あぶら・砂糖の量を見ることができます。



「健康づくり協力店」
の紹介や、350gの
野菜の実測コーナーも
ありますよ



ウォーキング大会



ーに運動、二に食事、
しっかり禁煙♪

【参加者の声】

「1日3食バランスよくが基本だね。」
「菓子パン丸々1個食べてたけど、気を付けよう。」

フードモデルやパンフレットなどをたくさん展示しています。
ぜひお立ち寄りください！

