

健康・栄養教育用卓上メモ・ポスター用原稿

1 コンビニで選ぶとしたら・・・

働き盛りのあなたの食事はどっち派？

2 家族と一緒に食事を心がけていますか？

3 食塩のとりすぎに注意！！

4 家庭菜園でフレイル予防

5 フレイルを予防しよう！

6 減塩に取り組んでみませんか？

令和 3 年度「栄養・食生活情報」編集委員会

(2021.8.19 山梨県栄養士会 Web サイトにて掲載)