

健康・栄養教育用卓上メモ・ポスター用原稿

- 1 どんな食事をしていますか
- 2 今話題のベジファーストって何だろう？
- 3 健康的な美しさを目指しましょう
- 4 Let's 減塩
- 5 おいしい!県産食材 地産地消を推進しよう
- 6 旬の食材を食べよう
- 7 みんなで食べるとおいしいね!
- 8 具たくさんのスープで野菜を食べましょう

令和4年度「栄養・食生活情報」編集委員会

(2023.3.9 山梨県栄養士会 Web サイトにて掲載)