

健康・栄養教育用卓上メモポスター原稿

1. 適度な運動とバランスの良い食事で適正体重の維持を!
2. 感謝の気持ちを込めて いただきます ごちそうさま
3. みんなで食べるとこんなにいいこと
4. 中性脂肪 コレステロールの違いとポイントを知ろう
5. 牛乳・乳製品を美味しく摂ってフレイル予防!
6. 家庭で始めよう!～食品ロスの削減から始める SDGs～

令和 6 年度「栄養・食生活情報」編集委員会

(2025.2.11 山梨県栄養士会 Web サイトにて掲載)