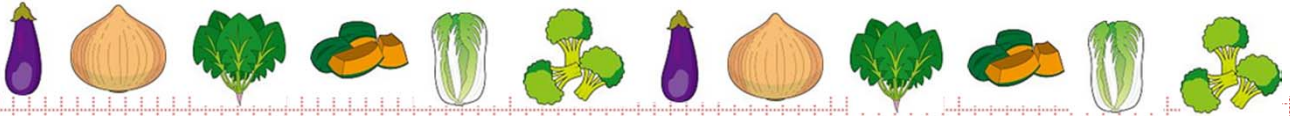


参加無料

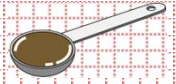
福岡市保健福祉局健康増進課主催



食育月間イベント 毎年6月は「食育月間」 毎月19日は「食育の日」です！



食育に関するイベントに参加してみませんか？
減塩につながるだしの使い方や、
野菜をあと100g食べる料理のコツ等をご紹介します。



日時：平成27年6月17日（水）～6月19日（金）

10:00～15:00 ※19日は13:00まで

場所：福岡市役所1階ロビー 多目的スペース

6月15日（月）13:00～展示・配布等は行っております。



あなたの味は濃い？薄い？
～おいしい減塩を体験しよう～

- ・天然だしとインスタントだしの味比べ
- ・家庭のみそ汁塩分チェック
（みそ汁50ccご持参ください）
- ・こんなに入ってる？
食塩量のサンプル展示

野菜の一日の必要量ってどれくらい？

- ・一日の必要量の野菜サンプル展示
- ・あと100g増やすための野菜料理紹介
- ・野菜料理レシピ配布

その他

- ・管理栄養士による
食事相談コーナー
- ・食に関するリーフレット等
配布コーナー

などなど
盛りだくさんです。

お待ちしております
おります♪

