

熊本県民食生活指針2018

～伸ばそう!健康寿命!!～

指針 1

食を**楽**しみ
大切にする心を
持ちましょう

指針 2

適度な運動と
バランスの良い食事で
適正体重を
維持しましょう

指針 3

料理や食品を
選ぶ力を
磨きましょう

指針 4

災害時に備え
食料等を
備蓄しましょう

健康づくりを目指して
県民みんなで
取り組むモン!

