

「健康づくり応援団の店」知っていますか？

コラム 12

必要な栄養をちゃんととりたいと思っても、仕事や子育てで忙しく、食事の準備に時間がとれないことがあります。そんな時、よく利用するスーパーマーケットやコンビニ、飲食店等で、栄養バランスが考えられたメニュー（商品）があれば、日々の食事で手軽に健康づくりができ、心の余裕もできますよね。

そんな心強いお店を皆さんが身近に利用できるように、「健康づくり応援団の店」として登録しています。

令和4年（2022年）3月現在、市内に200店舗以上の登録店があります。

あなたのおうちの近くにもあるかも！

このステッカーが目印です →



外食

飲食店の人気メニューランチ例

楽しみながら野菜がしっかりとれる！



持ち帰り

スーパーマーケットのお弁当

1食の栄養バランスが考えられている！
(栄養成分表示も参考に)



栄養成分表示（1食〇gあたり）

エネルギー	〇〇 k cal
たんぱく質	〇〇 g
脂質	〇〇 g
炭水化物	〇 g
食塩相当量	〇 g

健康づくり応援団の店を募集中です！

吹田市 健康づくり応援団の店

検索

