

＼ええあんびゃー／で健康生活 適塩キャンペーン

日時： 11月4日(月・振休) 10時～13時

場所： にしがき駅前店 惣菜コーナー

塩を量ってみよう！ 重さ当てクイズ

1日の目標食塩摂取量8gを
目分量で量ってみよう！

参加賞
あります！
(先着順)



見て、知って、 今日から適塩！ 展示コーナー

お弁当やお寿司などのお惣菜に
含まれる塩分ってどれくらい？
フードモデルを展示します。



お子さまには
楽しいプレゼントも
あります！
ぜひご家族で
お越しく下さい！



11月からにしがきのお惣菜に
塩分量を表示しています

お惣菜の上手な組み合わせ
方法を栄養士がアドバイス
します。



主催 京都府丹後保健所、京都府栄養士会
協力 (株)にしがき