



第57回

わたしたちの食事展



テーマ: 目指そう! 健康食生活



~防ごう肥満とやせ~

平成30年10月20日(土曜日)

イオンモールむさし村山1階サウスコート

10時~16時30分 **入場無料**

食事診断

食品サンプルを使用し食事のバランスがとれているかチェックします!

野菜を350g 食べよう

1日に必要な「野菜350g」ってどれくらい? 実際に計ってみよう!

野菜当てクイズ

箱の中にどんな野菜が入っているかな?

栄養クイズ

簡単クイズから超難問まで...

体脂肪測定

簡易測定器で測定します
脂肪1kgのサンプルは必見!

主催 東京都福祉保健局 公益社団法人東京都栄養士会
多摩立川保健所地区施設給食協議会

共催 武蔵村山市栄養連絡会

後援 東京都多摩立川保健所



〈第58回食事展のお知らせ〉

日時:平成31年1月21日(月)

詳細は多摩立川保健所地区施設給食協議会ホームページまで

<http://www.tachishikyo.com/>

