

かがやくけん、かがわけん。

香川県

「健やか香川21県民会議」は、
香川県民の皆さまの健康づくりを
応援しています!

「健やか香川21県民会議」から 県民の皆さまへご提案

「野菜食べん県」から

「野菜も食べるうどん県」へ

香川県がん
征圧イメージ
キャラクター
ソウキくん



合言葉は

1日3食 まず野菜!

効果その①

食べ過ぎ防止
で肥満予防♪

効果その②

糖尿病の発症
予防と重症化
予防♪

効果その③

噛み応えで唾液
が増え、むし歯・
歯周病も予防♪

香川県には
おいしい
野菜が
いっぱい!



ゆっくりよく噛んで食べよう♪

野菜から先に食べても、早食いだとあまり効果がないよ!



《健やか香川21県民会議構成団体》JA香川県女性部・NHK高松放送局・香川県医師会・香川県ウオーキング協会・香川県栄養士会・香川県看護協会・香川県漁協女性部連合会・香川県国民健康保険団体連合会・香川県産業看護研修会・香川県歯科医師会・香川県歯科衛生士会・香川県市長会・香川県食生活改善推進連絡協議会・香川県診療放射線技師会・香川県精神保健福祉士協会・香川県総合健診協会・香川県町村会・香川県調理師会・香川県PTA連絡協議会・香川県婦人団体連絡協議会・香川県保育協議会保育士会・香川県母子愛育連合会・香川県薬剤師会・香川県理学療法士会・香川県臨床心理士会・香川県老人クラブ連合会・香川県産業保健総合支援センター・かがわ総合リハビリテーション事業団・香川労働局・全国健康保険協会香川支部・全日本司厨士協会香川県本部・転倒予防を考える会・日本健康運動指導士会香川県支部・日本中国料理協会香川県支部・香川県・香川県教育委員会・香川大学 副学長 山神眞一（会長）（団体36、学識経験者1）