



かがわ食育月間・食育の日

三つ星ヘルシーランチ店も応援

1日3食 まず野菜！キャンペーン

県民のみなさまの健康管理をお手伝いする「三つ星ヘルシーランチ店」と連携して、毎年6月の「かがわ食育月間」、毎月19日の「かがわ食育の日」、「野菜から食べる」という食べ方の普及・定着をめざした「1日3食 まず野菜！」等のより一層の認知度アップを目的に、**6月19日の「かがわ食育月間・かがわ食育の日」**に、メッセージ入りのマグネットバーを活用して呼びかけます(無くなり次第終了)。

◆三つ星ヘルシーランチ店とは

主食・主菜・副菜が揃い、野菜たっぷりのバランスメニューを提供する飲食店として県が登録しています。(平成29年5月末現在56店舗登録)

<三つ星ヘルシーランチ店登録基準(4項目すべて実施)>

- ① 主食・主菜・副菜が揃っている
- ② エネルギーが1日の必要量の概ね1/3程度
- ③ 野菜たっぷり(120g以上)
- ④ 油・砂糖・塩分はひかえめ

◆三つ星ヘルシーランチ店

下記 URL で最新の登録店情報が確認できます。

かがわの食育ホームページ「おいしいね！かがわネット」
<http://www.pref.kagawa.lg.jp/kenkosomu/shokuiku/>

◆「1日3食 まず野菜！」とは

健やか香川21ヘルスプランの推進母体である「健やか香川21県民会議」において採用した、野菜摂取量増加等の普及啓発をするためのキャッチフレーズで、各構成団体の活動の中で普及啓発に取り組んでいます。

合言葉は、「1日3食 まず野菜！」
ランチにも野菜をとりましょう！