

6月19日は かがわ食育月間・食育の日



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・定着を目指した「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、メッセージ入りスプラウト栽培キットを活用して呼びかけます！（無くなり次第終了）。

日時：令和元（2019）年6月19日（水）ランチタイム（無くなり次第終了）

※開始日時は店舗によって異なります。詳しくは別添をご覧ください。

場所：各三つ星ヘルシーランチ店内

三つ星ヘルシーランチ店

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のことです。※令和元（2019）年6月11日現在52店舗登録

<三つ星ヘルシーランチ店登録基準>

- 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（4項目すべて実施）

※最新の登録情報は、

「かがわの食育 おいしいね！かがわネット」に掲載中！
<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！」
今より野菜料理を+1皿
しっかり食べよう！