

1日3食
まず野菜！

三つ星ヘルシーランチで “さわやか”おもてなし キャンペーン

県民の野菜の摂取量増加などを目的として、「1日3食 まず野菜！」を合言葉に、「野菜から食べる」という食べ方の普及・定着をめざし、初めての取組みとして、「かがわ食育月間」「かがわ食育の日」である6月19日(金)に、「三つ星ヘルシーランチ店」と連携して、キャンペーンを実施します！
(実施店舗は一覧表参照)

キャンペーン当日、三つ星ヘルシーランチをお召し上がりの方には、さわやかにこの夏を乗り切るための「1日3食 まず野菜！」のメッセージ入り扇子をプレゼント！（数量限定）。

ぜひ、各お店こだわりの、“野菜たっぷり”な三つ星ヘルシーランチを、“まず野菜”から食べて、この夏を元気に乗り切ってください♪

◆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。

<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・副菜がそろっている
- 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ガイドブック設置場所

市町の健康福祉関係課や各保健福祉事務所、県庁健康福祉総務課、県庁東館ロビー等の他下記 URL からダウンロードできます。

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/>

今日からはじめよう、ココロとカラダの健康づくり♪
合言葉は、「1日3食 まず野菜！」

各店こだわりの野菜たっぷりランチを食べて、「健康」と「扇子」をゲット！