

満腹になれば いいと思ってる？

～野菜を1日プラス100g～



生活習慣病
予防

お腹の調子を
整える

食物繊維
ミネラル・ビタミン
たっぷり

みやざきの野菜
を食卓に！



(ベジ活レシピ)

西都児湯地域・職域連携推進協議会(事務局:高鍋保健所)