

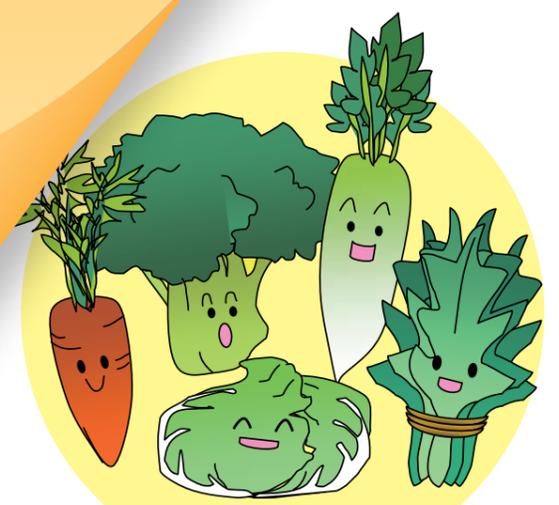
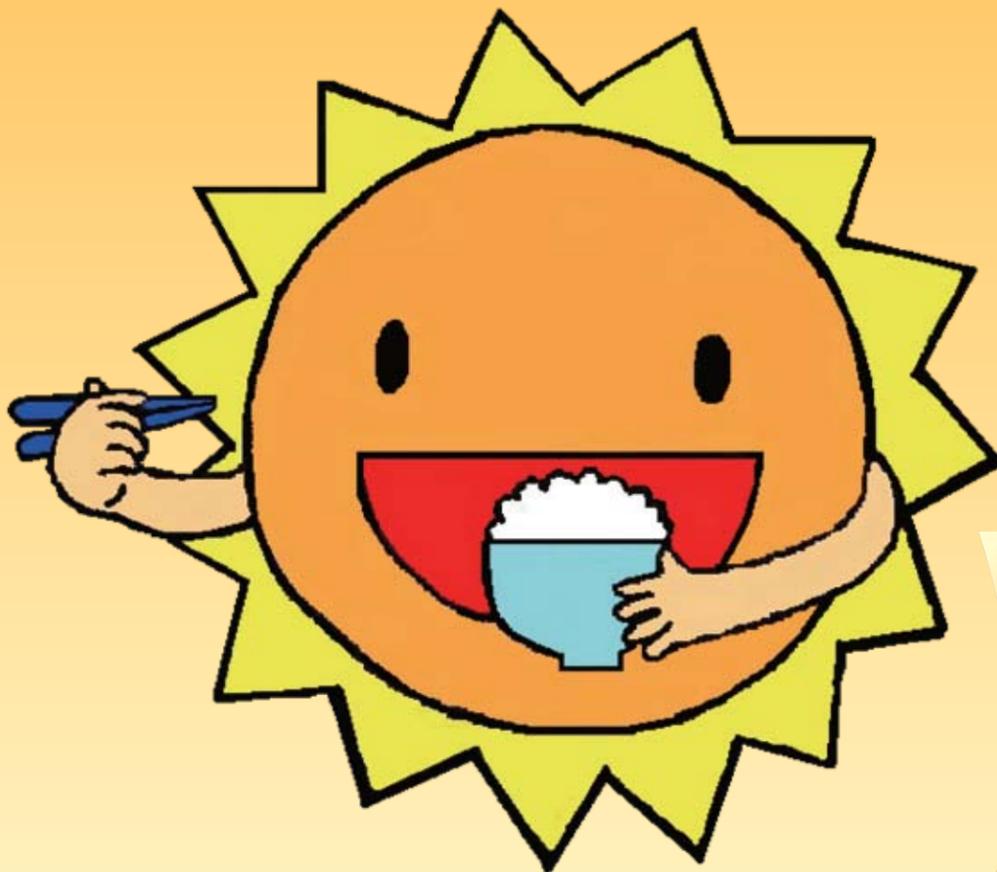
# めざまし スイッチ 朝ごはん

東京都多摩小平保健所では、5市(小平市・東村山市・清瀬市・東久留米市・西東京市)の関係機関と協働で、地域住民の方が健康的な食生活を送れるように応援しています。

朝ごはんを食べること、野菜の摂取量を増やすことを目標に取り組みます。

朝食の欠食率を下げるための推進方策として、  
標語【めざまし スイッチ 朝ごはん】とシンボルマークを決定しました。

## めざまし スイッチ 朝ごはん



野菜をたっぷり食べよう!

「野菜たっぷり食育宣言」を行い、  
野菜を身近にする取組も進めています。  
1日の摂取目標は350g以上

〔東京都多摩小平保健所ホームページ 栄養・食生活〕

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/tamakodaira/jouhou/eiyou/index.html>



東京都多摩小平保健所

R70

古紙配合率70%再生紙を使用しています