

通勤時間等の2分程度で学べる！
仕事で栄養教室に参加する時間がない...そんな方にオススメです！

YouTubeで 栄養教室動画 公開中!

みて学ぼう！ちがさきの栄養教室～ 知って実践～

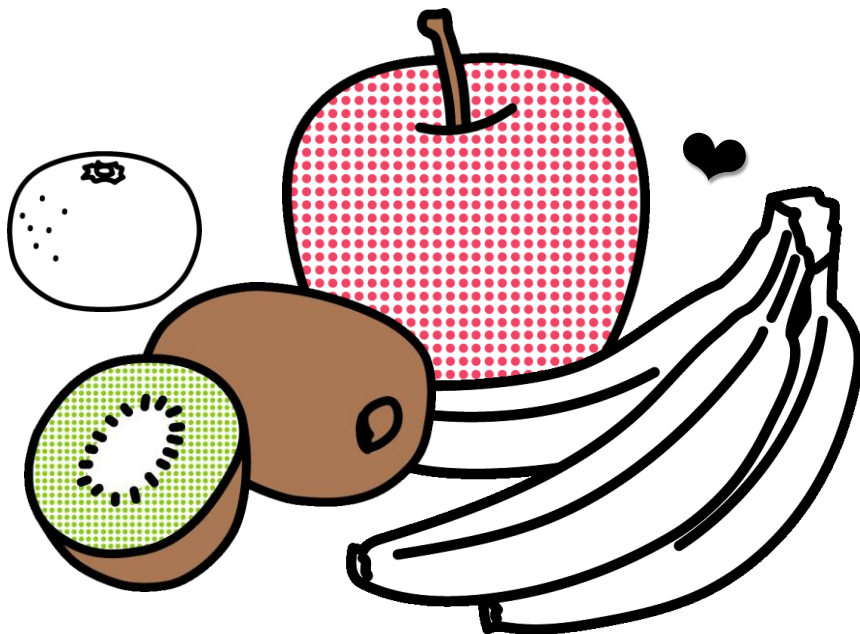
果物を食べよう！

合言葉は... 

毎日くだもの200g



こちらの二次元バーコードもしくは
「みて学ぼう！ちがさきの栄養教室 果物」
で検索



この動画では、
果物の摂取目標量や健康にもたらす効果について
簡単にお伝えしています。

「みて学ぼう！ちがさきの栄養教室」では、
他にも塩分、間食、お酒、野菜などを
テーマにした動画を公開しています♪
こちらの二次元バーコードから閲覧できます👉



お問合せ

茅ヶ崎市健康増進課
TEL 0467-38-3331
[平日8:30～17:00]