

栄養・健康づくり情報

発行：埼玉県鴻巣保健所

電話 048-541-0249

生活習慣病予防は、若い世代から！ 栄養・運動・休養をバランスよくとりましょう。

彩の国



埼玉県

皆さん **smart life project** (スマート ライフ プロジェクト) をご存じですか？国民全体が人生の最後まで健康で楽しく毎日が送れることを目標とした国民運動で、具体的なアクションを企業・団体・自治体と協力し連携しながら推進するプロジェクトです。食生活では【「プラス1皿」ちょっと意識しておいしく野菜を摂る】ことが理想です。野菜1日350gを良く噛んで食べましょう。

あなたの街の 新指定

埼玉県健康づくり協力店（上尾伊奈地区）

新規指定の埼玉県健康づくり協力店をご紹介します。

飲食店、総菜店、弁当店等で栄養成分表示や栄養情報を提供しているお店で保健所の指定を受けています。（埼玉県健康づくり協力店は裏面へ⇒）



【上尾地区 店名 吉田のうどん こむぎや】

埼玉県初の
富士吉田のうどん
です
かみこたえがあり、野菜
も入って満腹！になります。



【伊奈地区 店名 寿司処 きよ田】

新鮮なネタで
お待ちしております

お弁当・おまかせの
宴会料理も承っております。



【上尾地区 店名 クンメー（タイ料理）】



スパイスが効いた
野菜料理や
レッドカレー等
をお楽しみいただけ
けます。

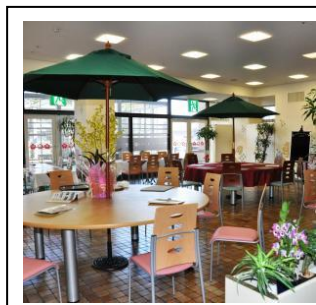
【伊奈地区 店名 懐石料理 さとし】



水の音と緑の癒し
の空間で、おいし
い料理と一時の楽
しい語らいをお過
ごしいただけま
す。

【上尾地区 店名 かふえれす 花小紋】

上尾市文化センター
内のカフェです。
季節のランチや手作
りケーキでお待ちし
ています



【伊奈地区 店名 コバトン食堂（県民活動総合センター内）】

県産野菜を使用し、
全メニューの栄養
表示をしています。
店内ではぬいぐるみ・絵・
机等様々なコバトン
もご覧いただけます。

