

# 働き世代の 健康づくりを応援します！

食生活改善推進員が事業所を訪問して、健康づくりの普及活動を行います。  
昼休みなどの時間を利用して、主に以下のような内容で実施します。(20分間程度)

リーフレットを使って、働き世代の食生活  
や生活習慣の改善ポイントについて説明



体脂肪率の測定  
(肥満・やせの予防)

減塩で、カルシウム・鉄分たっぷりの  
野菜料理のレシピをお配りします。

みそ汁等の塩分濃度測定



ほうれん草とひじきの生姜和え



◆ 福井県が福井県食生活改善推進員連絡協議会  
に委託して行っています。

◆ ご希望いただいた全ての事業所に訪問できる  
とは限りませんのでご了承ください。

【お問合せ先】

〒910-8580 福井市大手3丁目17-1

福井県健康福祉部健康政策課 健康長寿グループ

電話:0776-20-0352 FAX:0776-20-0643

e-mail: kenko-seisaku@pref.fukui.lg.jp