

食生活改善普及運動

健康づくり
応援 News
2023

2023/09/08

厚生労働省では、毎年9月1日から9月30日までの1か月を「食生活改善普及運動」の期間と定めています。令和5年度の食生活改善普及運動は、「食事をおいしく、バランスよく」を基本テーマとしています。主食・主菜・副菜をそろえてバランスのよい食事を摂るように心掛けてみましょう。



添付ファイル

- [主食・主菜・副菜をそろえてバランスの食事を](#)
(出典：スマート・ライフ・プロジェクト事務局)

