

西多摩保健所

電子掲示版を活用した情報発信

● 実施期間

令和2年12月～

● 対象

保健所来所者、保健所職員

● 実施場所

西多摩保健所の所内掲示版

● 実施内容

「野菜摂取量を増やす」「食塩摂取量を減らす」「高齢者のフレイル予防」をテーマに、普段の食事でのワンポイントを紹介しました。東京都では野菜摂取量を増やす取組として、1日の目標量（350g）の1/3以上の野菜（120g）が食べられる野菜メニュー店を展開しており、紹介をしました。市町村ごとにまとめた野菜メニュー店MAPをホームページに掲載の他、保健所、保健センター、役場にて配布をしております。ぜひご覧になり、外食時は野菜メニュー店をご利用ください。

