

【貸出物品一覧】

<パネル>

○おいしく食べて減塩



○1日 350g 以上の野菜を食べましょう



○松江圏域版食事バランスガイド (タペストリー)



<フードモデル等>

○そのまんま料理カード



○切り分け野菜 12 種類



○みそ汁の塩分 (具材と塩分量)



○インスタントヌードルの塩分



○ひと目で分かる 1 日の塩分摂取量の目安 (6g、7g、8g)



○塩分モデル、試験管立て (0.1~5.0g)



○調味料フードモデル (17 種類)



○野菜 70g モデル



NEW ○塩分フードモデル



練り製品



あじの干物

○塩分、脂質モデル



鶏のから揚げ



チャーハン

NEW ○糖分フードモデル



<食育紙芝居>



- ① きこえたね！いただきますく感謝・マナー>
- ② おふくちゃんのおいしいごはんくクッキング>
- ③ おやおやもったいないくもったいない 食べ物の育ちを知る>
- ④ はなたろうとあかんべえく好き嫌い 食選力>
- ⑤ おいしいランドのたんけんたいく味覚>

<その他>

○のぼり旗

「みんなで楽しくおいしく食べましょう」



○体脂肪サンプル (1kg)



○塩分濃度測定器 (健塩くん)

