

## 野菜摂取と減塩 買い物客に啓発

バロー恵那店

野菜不足や塩分過多への  
注意を呼びかける「たっぷり  
野菜しっかり減塩イベン  
ト」が恵那市大井町のスー  
パー「バロー恵那店」で行

われた。

県恵那保健所が主催。手  
のひらで野菜摂取量を推定  
できる機器による測定体験  
や減塩食品の試食などがあ  
り、県職員らが、減塩レシ  
ピや適正な食生活のこつを  
載せたチラシを配った。

一日350gの野菜摂取  
目標に対し県民の平均摂取  
量は264gで75%どま  
り。特に東濃地方は247  
gと、県内5圏域で最も摂  
取量が少ないという。

毎月19日の「食育の日」  
に合わせて、恵那市食生活  
改善連絡協議会がバロー恵  
那店2階の恵那中央出張所  
えなえーるでイベントを実  
施しており、山本さちよ会  
長(72)は「食生活やレシ  
ピの提案もしているので、気  
になる人は気軽に相談に  
来てほしい」と話した。

(武藤直子)



野菜摂取や減塩について来店客  
にPRする県職員ら。恵那市大  
井町バロー恵那店