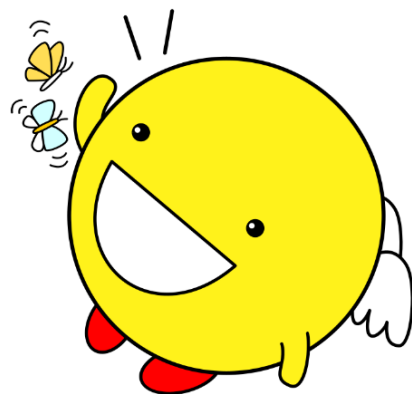


災害時避難所用栄養・食生活支援資料

(愛知県知多保健所・常滑市・東海市・大府市・知多市)

- 1-1 支援物資振り分け看板(主食・主菜・副菜・その他)
- 1-2 栄養バランス・食事の選び方(主食・主菜・副菜・その他)
- 1-3 栄養、偏っていませんか(栄養バランス)
- 2-1 カップ麺の汁の作り方(高血圧予防)
- 2-2 カップ麺の汁は捨てましょう(高血圧予防)横
- 2-3 カップ麺の汁は捨てましょう(高血圧予防)縦
- 3-1 食べる時の注意(衛生)
- 3-2 食品の保管方法(衛生)
- 3-3 ペットボトルの飲み残し(衛生)
- 4 水分をとりましょう(疾病予防)
- 5-1 炊き出しで使用した調味料、食材(アレルギー)
- 5-2 アレルゲンが含まれる食材(アレルギー)
- 6 食事のことで心配がある方



健康づくり応援キャラクター
エアフィー