

# 1日3回 ボロボロ だべせ!

1日のめやす **350g** 以上。

野菜食べる回数を増やしてみれば  
いいんじゃないかい?



SAPPORO ウェルネス 札幌市保健福祉局 ウェルネス推進部

SAPPORO

8月は野菜摂取強化月間 毎月1日は野菜の日





# 8月は野菜摂取強化月間 毎月1日は野菜の日



1日3回  
ボモ  
だべえ!

1日のめやす **350g** 以上。

野菜食べる回数を増やしてみれば  
いいんじゃないかい?

