



2011

<http://www.city.sapporo.jp/chuo/>



▲ぼくにもおいしくつくれるかな～（食育セミナーin光塩）



◀中央区食育マスコット「モリス」



◀北のじゃがピザ
〔北海道型食生活レシピ集〕から

見直そう！ 食生活

食べることは生きる楽しみの一つですが、栄養バランスの偏りや食べ過ぎなど、望ましくない食生活を続けていると、健康を損うことがあります。今月号では、健康づくりにつながる食生活についてご紹介します。いつまでも健康でいるために、正しい食生活を考えてみませんか。

編集：中央区市民部総務企画課広聴係 〒060-8612 札幌市中央区南3条西11丁目 ☎011-231-2400（内線224） Fax011-231-6539

「中央区だより」ラジオカロスサッポロ（FM78.1MHz）毎週金曜午前11時30分～

人口 222,339人（前月比 +995）
世帯数 122,199世帯（前月比 +761）
平成23年5月1日現在

※なお、男女別人口は公表されるまで掲載を控えさせていただきます。