食べて 動いて ちょうどよい体重を維持しよう！

太りすぎない やせすぎない

適正体重を知ろう

旭川市の食育ホームページはこちら

（検索方法）旭川市役所トップページ→くらし→
健康・福祉・衛生・ペット→ 旭川市の食育

スマホで
今すぐ確認！

あさひかわ食の健康づくり応援の店　令和6年11月発行
旭川市保健所健康推進課