

あさ

朝ごはんを

た
食べないとダメ？



朝食の欠食は
肥満や
高血圧などの
リスクを高めると
いわれています 

旭川市の食育ホームページはこちら



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8年4月発行
旭川市健幸保健部健康推進課