

健康づくり料理応募作品集



津市中央保健センター

健康づくり料理応募作品集 発行に寄せて

～こころ豊かに
楽しく元気に暮らそう～

平成19年3月に策定しました「津市健康づくり計画」では、「食事を楽しく食べよう」を目標のひとつに掲げています。また「朝食を毎日食べよう」「野菜を毎食たっぷり食べよう」「家族や仲間と食事をおいしく食べよう」というありたい姿を目指しています。



～作品集と共に、
健康づくりの輪を
広げましょう～

「つ・ぐるっと一周健康めぐりⅢ」として市民の人々から「簡単に作れる朝食」「バランスよく食べられるお弁当」「野菜がたっぷり食べられる料理」を多数ご紹介いただきましたので、ここに「健康づくり料理応募作品集」として発行いたします。

料理のひとつひとつには、提供者の思いがいっぱい詰まっています。この料理集を通して、健康づくりの輪を広げていただきたいと思います。

～地域のふれあい、
ささえ愛を！～

「ささえ愛ひろめ隊事業」は、健康福祉部で取り組んでいます津市元気づくり事業で、地域で失われつつある「ささえあい」を取り戻すために、人々のふれあいをひろめネットワークを作っていくという事業です。

この事業の中で、保健センターがすすめる「つ・ぐるっと一周健康めぐりⅢ」として、健康づくりから地域のささえあいを広めていきます。

健康づくりから
ささえあいを…！



健康づくり料理コンテスト

平成20年11月25日
津市中央保健センター

調理



試食・審査



参加者のみなさん



健康づくり料理応募作品集

発行 平成21年2月 津市
企画編集 津市健康福祉部中央保健センター
〒514-8611
三重県津市西丸之内23番1号
電話 059-229-3310
FAX 059-229-3287
E-mail 229-3310@city.tsu.lg.jp

