

脱メタボ！フードモデル貸出教材

【減塩セット①】

3-1 食塩の摂取目安量



食塩の1日あたりの目標量の説明用のカード（A5）です。
減塩セット①とあわせて活用して下さい。

3-2 ラーメンの汁を残すと



ラーメンの汁を残すとどれだけ減塩ができるか見えるフードモデルです。（ラーメンどんぶり2つとA4サイズの説明パネル付き）

3-3 しょうゆのつけ方



刺身のしょうゆのつけ方でどれだけ減塩できるかが分かるフードモデルです。（しょうゆ皿2つとA4サイズの説明パネル付き）

3-4 みそ汁の具



みそ汁の具の量を増やすとどれだけ減塩できるかが分かるフードモデルです。（みそ汁2つとA4サイズの説明パネル付き）