

別紙 健康づくり教材一覧

種類	教材No.	教材名
1 減塩	塩-1	「塩分の摂りすぎに要注意」フードモデルセット
	塩-2	「みえない塩に要注意」フードモデルセット
	塩-3	「おいしく食べて減塩」パネル
	塩-4	デジタル塩分計
	塩-5	
2 野菜	野菜-1	「1日5皿の野菜料理」フードモデルセット
	野菜-2	「野菜これで350g」フードモデルセット
	野菜-3	「めざそう！野菜350g以上」パネル
	野菜-4	「ベジプラス100&塩eco」パネル（2枚）
3 食生活	食生活-1	脂肪模型セット
	食生活-2	「1日の食事」フードモデルセット
	食生活-3	「飲み物のみえない砂糖に要注意」フードモデルセット
	食生活-4	いろいろアルコールセット
	食生活-5	嗜好飲料セット
	食生活-6	「ちょうどいい体重ってどれくらい？」パネル
	食生活-7	「朝食でかしこくパワーチャージ！」パネル
	食生活-8	「1日に『何を』『どれだけ』食べたらい？」パネル
	食生活-9	「お酒とのスマートな付き合い方」パネル
	食生活-10	「栄養成分表示は健康づくりに役立つ重要な情報源です」パネル
	食生活-11	「栄養成分表示のここをチェック！」パネル
4 たばこ	たばこ-1	タール模型・肌チェッカーセット
	たばこ-2	スモーカーライザー
	たばこ-3	ハイチェッカー
	たばこ-4	「たばこの害」パネル
	たばこ-5	たばこパネル7枚セット
5 運動	運動-1	立ち上がりテスト用ボックス・握力計セット
6 そのまんまカード	カード-1	そのまんま料理カード（手軽な食事編）
	カード-2	そのまんま料理カード（ちょっぴりごちそう編）
	カード-3	そのまんま料理カード（食事バランスガイド編）
	カード-4	そのまんま料理カード（幼児編）
	カード-5	そのまんま食材カード
	カード-6	そのまんま菓子・飲み物カード
7 黒川地域 限定＊	黒川-1	「塩分の摂りすぎに要注意」フードモデルセット
	黒川-2	「食品に含まれる食塩」フードモデルセット
	黒川-3	野菜フードモデルセット
	黒川-4	おやつフードモデルセット
	黒川-5	「アルコール・たばこ・おやつ」パネル
	黒川-6	フードモデル用アクリルケース

＊7黒川地域限定教材は、富谷市、大和町、大郷町、大衡村に所在する団体等への貸出に限る。