

広報こすど

小須戸町公民館
毎月1部
毎部1冊
昭和46年3月15日

食生活改善は 私たちの手で

食生活改善推進委員会

社会状況が多様化してきている中で、私たちは常にそれに順応するよう努力を怠りません。食生活改善は、私たちが健康で、しかも元気に暮らすために必要不可欠なことです。食生活改善推進委員会は、この使命をこなし、市民の健康と生活の向上に貢献していきます。

食生活改善とは、単に栄養を摂ることだけでなく、食の楽しみや食文化の継承なども含むことです。食生活改善推進委員会は、市民の健康と生活の向上に貢献するために、食生活改善の推進に取り組んでいます。

食生活改善の推進には、市民一人ひとりの努力が不可欠です。食生活改善推進委員会は、市民の健康と生活の向上に貢献するために、食生活改善の推進に取り組んでいます。

食生活改善の推進には、市民一人ひとりの努力が不可欠です。食生活改善推進委員会は、市民の健康と生活の向上に貢献するために、食生活改善の推進に取り組んでいます。



小須戸町章

食生活改善推進委員会は、市民の健康と生活の向上に貢献するために、食生活改善の推進に取り組んでいます。

ご飯と同じだけの栄養をとるため

食品	分量	栄養価
米	100g	400kcal
小麦粉	100g	350kcal
大豆	100g	150kcal
卵	1個	100kcal
肉	100g	200kcal
魚	100g	150kcal
野菜	100g	50kcal
果物	100g	60kcal
豆類	100g	150kcal
穀類	100g	350kcal
乳類	100g	100kcal
油脂	100g	900kcal
食塩	1g	0kcal
砂糖	1g	4kcal
調味料	適量	適量
水	100g	0kcal

選挙のお知らせ

小須戸町選挙管理委員会

選挙日：三月十五日

投票時間：午後五時から午後八時

投票所：小須戸町公民館

選挙区：小須戸町

立候補者：〇〇〇

青年学級に参加しよう

毎水曜日が学習日

青年学級は、青年の健全な成長と生活の向上に貢献するために設置されています。毎水曜日は学習日です。参加費は無料です。

学習内容：読書、音楽、体育、手工芸など

申し込み：三月二十日までに

正しい計量

計量器の正しい使用法を教えてください。

計量器は、正確な計量を確保するために重要です。正しい使用法を守ってください。

計量器の種類：台秤、電子秤、計量カップなど

定期検査を

中小企業近代化

中小企業の経営を向上させるために、定期検査を実施しています。検査内容は、経営計画、財務状況、生産管理などです。

検査費用：無料

申し込み：三月二十日までに

うまい米づくり

努力しよう

おいしい米づくりには、農家の努力が不可欠です。米づくりの現場から、消費者まで、連携しておいしい米を作りましょう。

米づくりのポイント：水管理、肥料管理、収穫時期など

至和四十六年

四月十五日

小須戸町役場

小須戸町公民館

