



野菜で健康生活

大人が1日に必要な
野菜の摂取量は350g。
これは日本人の
平均摂取量にもう1皿
加えた量に相当します。

健康寿命をのばそう
SMART LIFE PROJECT

ひと、くらし、みらいのために
 厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare