

おうちご飯がおいしく楽しくなる♪ いくちゃんねる福岡市



いくちゃん

福岡市
食育推進キャラクター

健康・食育のヒントに、管理栄養士作成の
レシピ動画「いくちゃんねる福岡市」をチェックしてね！



おうちご飯に
バランスをプラス

今こそ、主食・主菜・ 副菜で健康習慣

主食・主菜・副菜は、健康な食事の第一歩。
からだに必要な栄養素をとる秘訣は、
3つを組み合わせることで、
食事をおいしく、バランスよく。

SMART LIFE PROJECT

健康・食育レシピ動画配信中！

◆インスタグラム◆



インスタは
毎週水曜日14時
NEWレシピを配信
します。

◆クックパッド◆

