



げんげん弁当とは？



美浜町の健康づくり「げんげん運動プラスUP」に基づいたヘルシーなお弁当です♪以下の4つの条件がそろっています。

☆主食・主菜・副菜がそろっている

☆野菜たっぷり

☆塩分控えめ

☆炭水化物150g～200g

げんげん弁当の購入で
ポイントGET!

詳細は「健康支援あいあいアプリ」で検索！

ダウンロードは
こちらから



げんげん運動プラスUPとは

“減塩”と“減量”を柱とした「げんげん運動」を継続しつつ、特に糖質を切り口に“減量”を強化した健康づくりです。

