

外食でも栄養成分表示を確認できます！



ぎふ食育キャラクター
ぎふまーいん

ぎふ食と健康応援店を活用しよう！

ぎふ食と健康応援店は、こちらのステッカーが目印です！



ぎふ食と健康応援店とは？

飲食店などのメニューに栄養成分表示をしたり、店頭で健康情報を提供したりして、みなさんの健康づくりを応援するお店です。

岐阜県HPで検索してみよう！



メニューに栄養成分表示が
されている飲食店などは、
県内に**500店舗**以上！

【登録コースのご紹介(栄養成分表示掲載の店)】

栄養成分表示の店

メニューに栄養成分表示を行う。

バランスメニュー

栄養バランスの良いメニューがある。

- 主食、主菜、副菜がそろっている。
- エネルギー550～850kcal 等



1日の野菜1/3以上メニュー

野菜を120g以上使用したメニューがある。

表示のことをもっと知るには
～ 食品表示に関する情報 ～

消費者庁HP
栄養成分表示
の活用



岐阜県HP
食品表示



栄養成分表示に関するお問い合わせはこちら

岐阜保健所	健康増進課	☎058-380-3001
西濃保健所	健康増進課	☎0584-73-1111
関保健所	健康増進課	☎0575-33-4011
可茂保健所	健康増進課	☎0574-25-3111
東濃保健所	健康増進課	☎0572-23-1111
恵那保健所	健康増進課	☎0573-26-1111
飛騨保健所	健康増進課	☎0577-33-1111
岐阜県	生活衛生課	☎058-272-1111
岐阜市	食品衛生課	☎058-252-7194

岐阜県(令和4年3月)

岐阜県民の健康トリセツ

栄養成分表示は 健康の道しるべ！

“かしこい”食品選択で、健康な毎日を

栄養成分表示は加工食品に必ず表示されている、健康管理に大切な情報源です！

(一部、省略できる商品あり。)

あなたに見てほしいポイントをご紹介します！



今日のおやつ、
あなたはどちらを選びますか？

A



栄養成分表示 1袋(60g)当たり	
エネルギー	336kcal
たんぱく質	3.1g
脂質	21.6g
炭水化物	32.3g
食塩相当量	0.5g

B



栄養成分表示 10枚(30g)当たり	
エネルギー	126kcal
たんぱく質	3.1g
脂質	2.9g
炭水化物	22.3g
食塩相当量	0.6g



食塩の量は変わらないけれど、
Aは脂質が多いから、
Bにしよう！

清流の国ぎふ