

2010年8月28日(土)13:30～名細公民館 「第12回・男のゆうゆう塾」

## 第5回 食生活とメタボ (川越市保健所 大熊麻紀子さん)

出席者(20名) 南、戸田、弓野、青山、上野、斎藤、遠藤、浦野、吉田、辻、  
御菩薩木、加藤、山崎、金田、栗栖、中村、宗京、菊地、竹内、青木、



肥満の食生活での原因

1.油 2.甘いもの 3.アルコール

野菜を食べよう！

