



# ジュビロ飯

## ジュビロ飯とは？

健康づくりに役立つ栄養バランスのとれた**食事**と日常生活の中で**適度な運動**をすることです。

### 認証基準

メニュー	①	市内特産品（野菜）を主としたメニューであること 例：メニュー名に特産品を記載する。「磐田産〇〇を使った〜」メニュー等に特産品が記載されている。	
	②	以下のうち1つ以上を満たしていること ※ 1つ満たす毎に☆認定 最大三ツ星☆☆☆ ・たんぱく質食品（肉・魚・卵・大豆）を60~150g使用している ・ビタミンDを含む食材を1品以上使用する（例：魚類やきのこなど） ・野菜（きのこ、海藻、いも類を含む）を120g以上使用している	
情報提供	③	「食事は野菜から食べ始めること」の情報提供をすること	
	④	特産品情報の周知に協力すること	

※ ③、④に関しては、啓発グッズを提供します。

健康づくりに必要な栄養バランスのとれた食事を継続的に食べ、積極的に身体を動かし、適正な生活習慣が重要です。「ジュビロ飯」を心がけることで身体の健康を保ち、アクティブな生活を目指しましょう！

\*\*\***健幸プロジェクト「ジュビロ飯」運営メンバー**\*\*\*

磐田市  
ジュビロ磐田  
磐田商工会議所

静岡産業大学  
農林環境専門職大学

「ジュビロ飯」を食べられるお店等は、のぼりを目印に！

**参加事業者募集中**

申請相談はこちら → 磐田市産業政策課  
☎0538-37-4904

詳細はこちら👉

