米沢栄養大生が伝えたい!!

1日に必要な野菜の量、知っていますか、、？

1日の目標量は350gです。
350g食べるワケ。
その野菜の量は？
動画をみてその正解を
確かめてください！

県公式YouTube

米沢栄養大
Instagram

山形県健康福祉部 がん対策・健康長寿日本一推進課