



超加工食品との関わり方

東京大学大学院 医学系研究科 社会予防疫学分野 助教 篠崎 奈々



YouTube区公式チャンネルで公開中
令和7(2025)年3月31日まで

私たちの暮らしに欠かせない加工食品の特徴と活用のしかたについて講師がわかりやすく解説します。

こちらの
二次元コード
を読み込んで
ください。



視聴後は
YouTube概要欄
のリンクからアン
ケートにご協力お
願いします。

食事は主食・主菜・副菜をそろえて、
さまざまな食べ物をバランスよく食べましょう！