

食の大切さを伝えよう～ふるさとの食べ物で元気いきいき～

第14回

# 食育フェスティバル

inヒロロスクエア

参加  
無料

詳細はコチラ→



2023.11.26(日) 10:00～13:00

ヒロロ3階 イベントスペース

## 体験・展示コーナー

※体験は数量限定、無くなり次第終了

- 内臓脂肪index測定  
AIがあなたの内臓脂肪を推定
- ベジチェック・食育アプリ「スケッチクック」体験  
あと50g、ベジファーストで野菜を食べよう！
- 回転釜レプリカで学校給食調理員さん  
のお仕事体験！
- りんごの品種当てクイズ！  
3種のりんごを食べて品種を当てよう！
- 「手洗い」は上手にできているかな？  
手洗いチェッカーで見てみよう！
- 混ぜて混ぜて楽しい～！！  
りんごシャーベットづくり
- お野菜スタンプでお弁当袋を作ろう！  
(幼児・低学年対象、60名)
- 地元の野菜とお米で元気もりもり！  
肥満予防に効果的な野菜の紹介等…
- 「野菜たっぷりお好み焼き」  
レシピ・試食の提供(200食限定)  
※試食は11:30～ステージ発表後に提供します

☆その他、食育に関する情報が盛りだくさん！

## ステージイベント

- 10:30 ふるさとの食べものビンゴ  
※先着30名(1家族1枚)参加賞あり
- 11:00 飲み物ビックリ実験！
- 11:30 「おやこ食育教室報告会」  
～野菜・りんごのことを知ろう！～
- 12:00 「みんな知ってる？きのこの魅力」  
「冬野菜の王様！？大根のことを丸ごと知ろう！」

## 人気企画♪ 食育クイズラリー

ブースを周って全ての食育クイズに答えると学校給食で使用しているドレッシング3種類から1本がもらえます。(150本限定1家族1本)

## 販売コーナー 《つがる東目屋青年部》



- ・りんご詰め放題500円
- ・贈答用りんご1,800円～
- ・りんごジュース500円～

## 《まちの八百屋やおえん》

- ・おススメ野菜セットなど…
- ・やおえんオリジナル塗り絵プレゼント

## 《みらいねっと弘前 こども農業部》

- ・りんごジュース
- ・色々な新鮮野菜など…

○主催：弘前市民文化交流館指定管理者    ○お問合せ：弘前市民文化交流館 (8:30～21:00)

○協力：弘前市食生活改善推進員会、弘前市駅前こどもの広場、弘前市健康増進課、弘前市農政課、弘前市りんご課、弘前市教育委員会学務健康課、弘前市東部・西部学校給食センター、弘前市教育委員会生涯学習課、弘前市立中央公民館、柴田学園大学短期大学部、弘前大学健康未来イノベーション研究機構、花王株式会社、弘前医療福祉大学・短期大学部 地域貢献室