シャーベット作りも

弘前で食育フェス 親子連れら体験

食や健康について学ぶ食育フェスティバルが22日、弘前市のヒロロ3階イベントスペースなどで開かれ、親子連れらが体験ブースや展示、ステージイベントなどを通じて日ごろの食習慣や健康づくりの大切さに理解を深めた。

市教育委員会が主催。市の各課や関連団体などが食育に関する取り組みを発信することで、家族を巻き込んで食育意識を啓発しようと毎年開催している。今年は弘前大学健康未来イノベーション研究機構、柴田学園大学短期大学部、弘前医療福祉大学・短期大学部などが参加し13ブースが設けられた。



リンゴシャーベット作りを体験する子どもたち

会場では清水森ナンバの歩みについて、在来津軽「清水森ナンバ」ブランド確立研究会事務局の檜山和大さんと弘前大学農学生命科学部の前田智雄教授が講演。清水森ナンバの一升漬も試食で配られた。

弘前医療福祉大・短大部のブースでは、正しい手の洗い方、リンゴシャーベット作り、老化物質の体内蓄積度合を示す糖化度（AGEs）の測定などを紹介した。同研究機構のブースでは血管年齢や肌年齢、骨密度などを測定した。

母親と一緒に来場した弘前市の文京小4年太田灯香さん(9)は「肌年齢測定は17歳と出たけどいい結果だと思う。リンゴシャーベットもおいしかった」と笑顔で話した。

（三浦佑菜）