

# いわきわくわく 食育フェスタ!

～食育は楽しみながら～

とき 平成26年 **9月13日** 土

ところ いわき市総合保健福祉センター

入場  
無料

時間：12:00～16:00

同時開催 食育講演会 会場：多目的ホール 時間：14:00～15:30  
「幸せを生み出すスマートキッチン」



食育指導士・食生活アドバイザー・家事アドバイザー

### 矢野 きくのさん

暮らしの効率化、家庭の省エネなどを専門にTV、雑誌への出演、講演活動、調理器具や便利グッズの開発に関わるなど幅広く活躍中。

忙しい方でも手抜きではなく、効率よく家事をする「家事の時短術」で、リメイクレシピや食材使い切り! おいしい節約レシピを活用し、バランス良い食卓をコーディネートしましょう。

※講演会中、1歳～入学前のお子様をお預かりする一時保育を無料でいたします。利用されたい方は事前にいわき市保健所地域保健課までお電話にてお申し込みください。

預かり保育申込み期限：9月9日(火)

申し込み先：いわき市保健所 地域保健課 電話 27-8594

### イベントプログラム

- 12:00 開会  
食のフレンドパーク  
試食コーナー(14:00まで)
- 12:30 絵本の読み聞かせ
- 13:00 フォトコンテスト表彰式
- 13:45 絵本の読み聞かせ
- 14:00 食育講演会
- 15:30 絵本の読み聞かせ
- 16:00 閉会

## 「笑顔がごちそう」 フォトコンテスト表彰式

会場：多目的ホール 時間：13:00

最優秀賞 1人  
優秀賞 5人  
グッドスマイル賞 20人

皆様からご応募いただいた写真の中から、選ばれた受賞作品の展示及び表彰式を行います。食卓で、台所で、店先で、畑で、公園で、いろいろなシーンの中で、食・食に関わる笑顔あふれる写真をご応募ください。

無料  
各200食  
限定

## 食べてみて! おいしい給食レシピ

会場：3階栄養指導室

学校給食好評メニュー、保育所給食アレルギー児対応おやつメニューをご用意します。

12時から3F栄養指導室にて整理券配布 14時終了

まだまだあるよ  
食の楽しい体験コーナー

レッツ  
チャレンジ

## FRIEND PARK OF MEAL 食のフレンドパーク

### お口と栄養のコーナー

食べることは生きることです。口腔機能は食べることと関連性が深く、重要です。家庭で実践できることを確認しながら、お土産グッズをゲットしましょう。(先着150名)



### 農林水産物コーナー

アグリファイブもくるよ!  
いわきの農産物を身近に感じてね。



### 学校給食交流コーナー

給食大好き!!  
栄養バランスが良いだけではなく、給食のおいしさについてご紹介。好評レシピの他、日頃目にしない給食施設のetcもご紹介いたします。



### 食を学べる展示コーナー

食育推進計画って何?  
食に関するいわき市の現状や、食育のことをいろいろ展示します。簡単電子レンジクッキングレシピ、減塩食レシピなどいろいろパンフレットもご用意します。



### 野菜ぴったり350g チャレンジコーナー

1日に摂取する望ましい野菜の量は350gです。「野菜は毎日食べてるわ。」と言うあなた! 実物の野菜を選びながらその量を当ててみましょう!  
ピタリ賞 50人(先着)  
参加賞 150人(先着)の方に景品をご用意しています。



### 食に関する絵本コーナー 1階 口腔保健室

食べ物が登場する絵本をあれこれ集めてみました。どんな絵本があるかな? 大人も楽しめる絵本の世界へどうぞ! ご自由にご覧ください。親子で楽しい時間と空間を共有してみませんか? (読み聞かせタイムは 12:30、13:45、15:30)

