

第6回

in ヒロロスクエア



# 食育フェスティバル

～ 元気 いきいき ふるさとの食べもので健康！ ～

平成28年11月27日 (日) 10時～13時

ヒロロ3階 入場無料



11時30分～

リンゴにまつわる  
ミニトーク&クイズ  
正解でおいしいプレゼント!

珍しい品種いっぱい☆  
りんごの展示&試食

協力：弘果弘前中央青果株式会社



おとなも、こどもも、  
見て、食べて、遊んで！  
一緒に「食育」にふれ  
てみませんか？



詳しくは裏面  
を見てね！

青森県学校栄養士協議会  
食育推進キャラクター  
『あぶにん』

食育とは「食(しょく)」に関する様々な知識を  
「はぐくむ」ことです

主催：ヒロロスクエア賑わい創出委員会 弘前市食生活改善推進員会 弘前市駅前こどもの広場  
セミナー・ハンサムウーマン(いがめんち食べるべ会) NPO法人ECOリパブリック白神

協力：弘前市(健康づくり推進課、農業政策課)  
弘前市教育委員会(学務健康課、東部・西部学校給食センター) ロプロココカフェ  
東北女子短期大学 弘前医療福祉大学/弘前医療福祉大学短期大学部

特別協力：弘果弘前中央青果株式会社、弘前警察署、フレッシュファームFORET

お問合せ：ヒロロスクエア賑わい創出委員会(弘前市文化交流館内) 電話：35-0154<8時30分～21時>



## ステージイベント情報

- 10:30～ 実験！ しゅわしゅわラムネを作ってみよう…東北女子短期大学生生活科
- 11:00～ 実演あり！ 試食「りんごのコンポート カスタードクリーム添え」  
…弘前市食生活改善推進委員会
- 11:30～ リンゴにまつわるミニトーク&クイズ…弘果弘前中央青果株式会社
- 12:00～ 元気もりもり食べかたマスターになろう…東部・西部学校給食センター
- 12:15～ だし活！ みんなで踊ろう「できるだし」ダンス♪
- 12:30～ 釣りゲーム「栄養戦隊三色レンジャーと学ぶ季節の食べ物」  
…東北女子短期大学食育研究部
- 13:00～ 特殊詐欺の寸劇…弘前警察署



## ブース紹介

### 見て！

- ・ご当地グルメマップを作ろう
- ・「いがめんち」レシピ紹介

### 遊んで！

- ・めざせ！はしの達人！  
自分にぴったりのはしを持って正しい使い方をおぼえてみよう！  
※1分間チャレンジ！はしで何個ものを運べるかな！？(参加賞あり)
- ・レッツ！かるた  
野菜と果物を見つけてみよう！  
※あぶにんのシールプレゼント！
- ・ちゃんと洗えてる？  
チャレンジ☆ 手洗いチェッカー

### 食べて！

- ・健康食&地元産品を使用した試食  
「りんごパフェ」  
「ひじきのまぜご飯、ヨーグルトみそ汁、切り干し大根のサラダ」  
※おみそ汁の塩分測定を実施します。ご家庭のおみそ汁をご持参ください！
- ・12～13時  
新鮮！県産品PR&販売ブース  
・地元のおいしい野菜で地産地消☆  
※協力:フレッシュファームFORET(ヒロロ地階)  
・「白神生はちみつ」を味わってみよう！  
※協力:ロプロココカフェ(ヒロロ3階)

このほか、食べ物クイズ、塩分クイズ、血管年齢測定、紙ねんど野菜作り、ピッチングパネル、バルーンアートと楽しいコーナーもりだくさん☆



【要事前申込】「白神のそば！ 親子でそば打ち体験」  
西目屋村産のそば粉を使ったそば打ち体験にチャレンジしませんか？

時 間 第1回目 受付9時45分 開始10時/第2回目 受付11時 開始11時15分  
※各1時間程度。打ったおそばはお持ち帰りいただきます。

会 場 多世代交流室1

対 象 小・中学生とその保護者 各回先着5組(1組3名まで。事前に申込が必要です)

参 加 費 お1人様500円 ※エプロンと三角巾をご持参ください

お申込・お問合せ ヒロロスクエア賑わい創出委員会(弘前市民文化交流館内)  
電話 0172-35-0154<8時30分~21時>