

腸が喜ぶ食生活

平成30年6月3日(日) 10時~13時

ヒロロ3階イベントスペース 【入場無料】

ステージ情報



- 10:10 実演「トマトだしで作るみそ汁」
弘前地区生活改善グループ連絡協議会
- 10:40 おやつ付き食育紙芝居
『たべものとかからだ』 弘前友の会
- 11:00 実演「お米の魅力再発見！
冷やご飯でおやつを作ろう」
東北女子短期大学 食育研究部
- 11:30 「ふるさとのたべもののビンゴ」 ※数量限定プレゼントあり!!
学務健康課&東部・西部学校給食センター
- 12:00 おからこんにやく試食付 ミニトーク!
岡田 哲子さんのお話を聞こう!
講師：岡田 哲子
おからこんにやく開発者・ベジタリアン料理研究所 蒔菜

協カブース情報

- 【弘前地区生活改善グループ連絡協議会】
・会員さん手作りのおいしいもの販売
- 【弘前友の会】
・活動紹介パネル展示
・こどもエプロン
・手作りおやつ販売他
- 【ベジタリアン料理研究所 蒔菜】
・おからこんにやく紹介&販売

ブース情報

弘前りんごの会
お話
『弘前は『りんご王国』』
参加者には
おいし〜いプレゼントも!
(先着順)

**学務健康課
東部・西部学校給食センター**
・なんのやさいかわかるかな?
・おべんとうづくりにチャレンジ
~フェルトのお弁当セットを使うよ!~
・はしの達人になろう
※3つのブースでスタンプを3個集め
プレゼントをもらおう! (先着順)

**東北女子短期大学
生活科**
『食べ物の
変身へんし〜ん!』
いろいろな食材の変身ぶり
を楽しく勉強するよ!

**東北女子短期大学
食育研究部**
お米の魅力再発見!
冷やご飯でおやつ
を作ろう

**弘前市食生活改善
推進委員会**
《試食と相談》
便秘予防の離乳食
栄養士さんに気軽に相談
できます!



青森県学校栄養士協議会
食育推進キャラクター
『あぷにん』

健康づくり推進課
《試食》
・「塩ゼロ中華風甘酢漬け」
・血管年齢を測ってみよう!

農業政策課
野菜摂取量等のパネル
フードモデル
料理模型展示