

食育フェスティバル

令和7年度

参加無料



と き 令和7年11月30日(日) 10:00～13:00

ところ ヒロロ3階イベントスペース、4階市民文化交流館ホール
(〒036-8003 弘前市大字駅前町9番地20)

4階市民文化交流館ホール

講演

折れない「こころ」に必要な栄養とは？
～栄養と脳の関係～

10:30～

柴田学園大学 生活創生学部 健康栄養学科 助教 佐藤 瑞穂 氏
※申し込みが必要(ホームページまたは生涯学習課まで)

詳細・講演
申し込みはこちら
または生涯学習課へ



3階イベントスペース

参加団体による体験ブースや展示、販売及びステージイベントのほか、
各ブース等の内容に関するクイズに答えるクイズラリー(景品配布)を開催します！

ステージイベント

10:15～ ふるさとの食べ物ビンゴ
※先着30組(1家族1枚) 景品、参加賞あり

11:30～ お弁当で学ぶバランス食
～野菜を上手に摂ろう～
※食改さんが調理実演しながら解説します。
先着順で料理の試食ができます！

★「環境にやさしい農業」って知ってる？
(環境にやさしい農業の紹介等)



★りんごのひみつ大公開！ 植栽150周年スペシャル

★シールで学ぼう！「食事バランス」&「こどものおやつ」

★くじ引きで「たか丸くんランチクロス」をゲットしよう！

★青森県の魚つりゲーム

★地域でまなぼう！食育講座いただきます
(弘前市内の各地区で実施した食育講座の様子を展示します)

★柴田学園産！
手作り梅シロップを飲んでみませんか？



★ずっと食べたい…ずっと話したい…だから歯が大事！

★混ぜて混ぜて楽しい～!! りんごシャーベットづくり

★「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！～



★体内糖化度測定 ★好みの塩味の濃さを知ろう！

★AGEs測定 ★カルシウム診断

★ポスター展示(食生活改善推進委員会レシピ)

★知ってほしい！ひろさき食育のひろば

★りんごやりんご加工品の販売



★【クイズラリー】

体験・展示コーナーを回ってすべての食育クイズに
答えると学校給食で使用しているドレッシング等を
プレゼント！(160本限定 1家族1本)

主催：弘前市教育委員会 【お問い合わせ】 TEL 0172-82-1641 (生涯学習課)

参加・協力：弘前市(企画課、りんご課、農政課、駅前こどもの広場、健康増進課)、弘前市教育委員会(学務健康課、西部・東部学校給食センター、中央公民館)、弘前大学健康未来イノベーション研究機構、ハウス食品グループ本社(株)、雪印メグミルク(株)、弘前医療福祉大学・短期大学部地域貢献室、柴田学園大学、柴田学園大学短期大学部、弘前市食生活改善推進委員会、カゴメ(株)、(一社)みらいなっと弘前(こども農業部)、JAつがる弘前青年部東目屋支部