

ハマの
いちば
市場流!

赤ちゃんとお魚ご飯

とりわけ離乳食レシピブック



横浜中央卸売市場本場では、(公社)神奈川県栄養士会の監修のもと、市場内事業者で組織する「横浜市場活性化協議会」と市場内に立地する「こまつな保育園」にご協力頂き、魚と野菜を使った取り分け離乳食レシピブックを作成しました。

このレシピブックは、若い世代の生鮮食品の消費促進を図ることや市場の認知度向上を目的としており、特に子育て世帯に着目して作成したものです。

冊子の発行に合わせて、レシピブックを活用した「とりわけ離乳食料理教室」や「市場開放日でのPRデー」のイベントも実施します。



A5 版横/24 ページ

主な配布場所 (6月より配布開始)

- ・各区福祉保健課 (離乳食教室など)
- ・市場一般開放日 (6月・7月)

その他、中央卸売市場のホームページや横浜市のクックパッドでも、レシピを閲覧することができます。

レシピブックの特徴

1. 市場で働くプロによる食材の旬や豆知識の情報を掲載しています!



2. 調理の手順や準備する材料を写真で分かりやすく掲載しています!



裏面あり

6/15
(土)

市場一般開放日でのPRデー（試食&冊子配布）

横浜市中心卸売市場本場の水産物部では、原則毎月第1・第3土曜日の9時～11時まで市場を開放し、魚食普及の取組みとして、一般の方々との交流のための各種イベントを実施しています。

6月の第3土曜日である15日は、レシピブックのPRデーとして掲載メニューの無料試食配布と冊子の配布を行います！

<イベント概要> ※内容は都合により変更する場合があります。

日 時	令和元年6月15日（土）市場開放実施時間中（9時30分ごろ）
場 所	横浜市中心卸売市場水産物部魚河岸処周辺
内 容	①アジのピザトーストの試食配布 ②冊子配布及びレシピ説明

7/20
(土)

おさかな離乳食料理教室

レシピブックに掲載されているメニューについて、調理のポイントを聞きながら実際に自分で作れる料理教室を開催します。また、教室参加者限定で赤ちゃんも食べられる特別メニューを1品ご紹介します。もちろん、使用する食材は市場仕入れの新鮮な魚と野菜を使用します！

<イベント概要> ※内容は都合により変更する場合があります。

日 時	令和元年7月20日（土） 11時～13時
場 所	市場センタービル3階 調理室（神奈川区山内町1）
対 象	1歳半までのお子さんがある保護者
料 金	無料
内 容	①市場関係者による「だし」の講義（協力：横浜市場活性化協議会） ②カジキのもみじ焼き+教室限定メニューの講義 ③参加者調理・試食
募集期間	6月10日（月）から6月30日（日）まで

横浜市場活性化協議会

横浜市中心卸売市場本場の卸売業者、仲卸業者、関連事業者等で構成する団体です。出前授業等の食育事業、イベント出展時のPR、場内事業者の人材育成支援等、様々な市場プロモーション事業を実施しています。

※取材をご希望される場合は、実施日の一週間前までにご連絡ください。

お問合せ先
経済局中央卸売市場本場経営支援課長 永井 隆 Tel 045-459-3331



いちば
ハマの市場流！

イベントのお知らせ

赤ちゃんとお魚ご飯



とりわけ離乳食レシピブック

横浜市中央卸売市場では、大人のご飯を作りながら赤ちゃんのご飯作りを行える、魚と野菜を使ったとりわけ離乳食レシピブックを作成しました！レシピブックを使って、市場でイベントを行いますので、みなさんのご参加お待ちしております！

おさかな離乳食料理教室(要申込)

希望者は託児あり！

令和元年 **7月20日** (土) 11時～13時

■内容

- ・市場のプロによるだしの話
 - ・カジキのもみじ焼き+教室限定メニュー (計2品)
- ※詳細は裏面を参照

■参加費 **無料**

市場一般開放日でのPRデー

市場開放と一緒に楽しもう！

令和元年 **6月15日** (土) 9時30分ごろ

■内容

- ・レシピブック掲載メニューの試食配布
- ・レシピブックの配布・説明



*市場一般開放とは…？

横浜市場水産物部では、毎月第1・第3土曜日の9時～11時まで開放し、魚食普及の取り組みとして、一般の方々の交流のため各種イベントを実施しています。(下記写真参照)

横浜市場 市場一般開放

検索



普段は入れない市場を探検！



大迫力のマグロの解体ショー



地魚のつめ放題

おさかな離乳食料理教室 募集詳細

◆募集人数

28名（応募者多数の場合は抽選）

◆対象

市内在住・在学・在勤の1歳半までのお子さんがいる保護者

◆託児について

調理教室時間中の保育ボランティアによるお子さんの託児を受け付けます。料理教室ではお子さんの分のご飯も作るので、お子さんと一緒に試食することができます。

保育対象：1歳のお子さん（兄弟・姉妹の方の保育はできません）

申 込：料理教室申込時に、保育希望を選択してください。

定 員：12名

◆申込方法

横浜市中央卸売市場のホームページからご応募ください。

※スマートフォンからお申込みいただけます。

横浜市場 離乳食料理教室

検索

募集期間：令和元年6月10日（月）～6月30日（日）〆切

※7月2日（火）までには当落通知を送信いたします。

◆注意事項

当日は記録・広報用として、写真撮影を行います。

また、テレビ・新聞等の報道機関による取材が行われる場合もございますので、予め御了承ください。

【会場アクセス】

（徒歩）

（横浜駅からのバス）

JR横浜駅から徒歩20分 京浜急行神奈川駅から徒歩15分

横浜駅東口そごう1階バスターミナル A(赤) 4番乗り場より48系統

「コットンハーバー」行

二つ目の停留所「中央市場前」で下車してください。

※駐車スペースはございませんので、公共交通機関をご利用ください。



会場：市場センタービル3階 調理室

バス停正面の、ビル正面に時計がある建物。入口は、郵便局と同じ場所です。



主催：経済局中央卸売市場本場経営支援課

協力：横浜市場活性化協議会水産物部活性化委員会

<問い合わせ>

TEL：045-459-3337（9時～17時、土日祝日を除く）

