



# 都筑区 食育・健康フェア

## ～野菜モリモリ大作戦～

**開催日時** 令和4年6月11日(土) 10:00～13:00

**会場** 都筑区役所1階 福祉保健センター健診フロア 入場無料  
(一部予約制の体験があります)

体験コーナー内容			
<b>野菜のはじっこスタンプでオリジナルカレンダーを作ろう！(予約制)</b> <b>対象</b> 3歳から小学校低学年の子と保護者 各回10組(合計40組) <b>開催時間</b> ①10:00～10:30 ②10:45～11:15 ③11:30～12:00 ④12:15～12:45 <b>申込み</b> 5/16(月)10時から受付開始 食育・健康フェア ホームページよりお申込みください	<b>ベジチェックR! してみよう!</b> 『ベジチェックR!』で野菜摂取量を測定できます。 測定結果をもとに、栄養士のアドバイスが受けられますよ	<b>都筑区内の農家さんによる 都筑野菜の直売</b> <b>開催時間</b> 9:30～12:00 ※天候により、中止になる場合があります。	<b>都筑区歯科医師会による歯科相談</b> <b>保健活動推進員による健康チェック</b> ・体組成計 ・血管年齢測定 ・ロコモ度チェック等
<b>ヘルスメイトによる「350gの野菜をみてみよう」</b>		<b>食べ物の通りみち 大腸トンネル体験</b> 協力: NPO法人プレイブサークル運営委員会	

**フードドライブを実施します!**

フードドライブとは、各家庭で使い切れない未使用食品を持ち寄り、地域の福祉団体や施設等へ寄附する活動です。食品のおすそ分けしませか?



**受付可能な食品の条件**

- ・未開封(包装や外袋が破損していない)
- ・賞味期限(要明記)が2か月以上残っているもの
- ・常温保存できるもの

**【種類】**

穀類(米、小麦等)、豆類、インスタント・レトルト食品、お菓子(クッキー、せんべい等)、調味料(食用油、醤油、砂糖等)、乾物(乾麺、海藻等)

「ヨカハマ3R夢」「マスコット イーオム へら星ん モー」

**同時開催展示**

**食育・健康パネル展**

**日程** 6月8日(水)～6月14日(火)

**会場** 都筑区役所1階 区民ホール

**都筑図書館 食育・健康展示**

日程の詳細は、食育・健康フェアのホームページをご覧ください。

ホームページ [都筑区 食育・健康フェア](#) **検索** お問合せ: 都筑区福祉保健課健康づくり係 045-948-2350

# 都筑区 食育・健康フェア

簡単なのに オシャレ!?

## やさしい 野菜を おいしく 食べる秘訣を 教えます!

令和5年 **6月24日(土)** 10:00～13:00 @都筑区役所1階 区民ホール

**講座** 干し野菜研究家 澤井香予さんによる

### ムダなく野菜を活用 ～親子で干し野菜～

①10時20分 ②11時15分 ③12時10分  
オシャレでおいしい干し野菜レシピをご紹介します!

**野菜モリモリ 食べてますか?**

『ベジチェックR!』で野菜の摂取量を測ってみよう

**野菜カムカム 出来ますか?**

「咀嚼チェックガム」でカムカムチェック 歯科相談もできます!

最新情報はこちら! 

この他にも魅力あふれるブース出展/イベントもあつきます。情報は随時更新します。

お問合せ: 都筑区福祉保健課健康づくり係 TEL 045-948-2350

同じイベントのチラシです。  
どちらを手に取りますか？