



第20回
北区みんなが
楽しむ

食育フェア

～野菜の魅力たっぷり～

令和6年
1月21日
午前10時～午後4時
(入場は3時30分まで)



ホームページも
ご覧ください

大ホール

野菜スタンプで“ランチョンマット作り”

・野菜を使ってスタンプでお絵描き
北区栄養グループ食彩

野菜をおいしく食べよう♪

・野菜クイズ
・江戸東京野菜紹介
・かつお節削り体験 10:00～、13:00～なくなり次第終了
北区楽しい食の推進員会

家庭で役立つ食品衛生

・家庭で起こる食中毒と、その予防方法
・生活に身近な食品添加物(香料、着色料など)
北区食品衛生協会 | 生活衛生課

図書館所蔵の食育関連本を紹介!

・食育に関する北区図書館所蔵の資料リストの
設置、配布
中央図書館

噛む!カミング!

・咀嚼と唾液の性状を検査し、個々にあった口腔
機能を健康に保つための方法
img alt="Carrot illustration" data-bbox="525 125 595 160"/>

(公社)東京都北歯科医師会 | (公社)東京都滝野川歯科医師会

和歌山県みなべ町の物産販売

・道の駅の物産販売所の梅製品(梅干し・梅菓子)
などを展示販売
和歌山県みなべ町

減らそう!食品ロス

・食品ロス削減に関する啓発資料の掲示
・フードドライブによる未利用食品の受付窓口設置
※家庭内にある未利用食品をお持ちください
img alt="Tomato illustration" data-bbox="585 270 635 305"/>

リサイクル清掃課

おいしく食べて健康に!

「健康づくり推進店」を活用しませんか?

・「健康づくり推進店」登録店とは
・行ってみよう!野菜たっぷりメニューのあるお店
・健康づくり推進店普及サポーター活動紹介
健康推進課 | 健康づくり推進係

野菜を食べてバランスよく!

・野菜収穫ゲーム
・マイベジプロジェクトの紹介
・食事バランスチェック～赤・黄・緑に分けてみよう～
健康推進課 | 王子・赤羽・滝野川 健康支援センター
img alt="Onion illustration" data-bbox="885 195 935 230"/>

野菜がおいしくなる唾液の働き

・唾液のパワーについて
健康推進課 | 王子・赤羽・滝野川 健康支援センター

大ホール前ロビー

鮫川村の物産販売

・鮫川村で採れた野菜や大豆・
えごまの加工品などを販売
img alt="Edamame illustration" data-bbox="75 395 155 425"/>

福島県鮫川村

安全安心で食べておいしい

野菜・加工品の販売

・前橋市富士見町の安心安全な農産物・加工
品などを販売
・じゃんけんコーナー ※勝ったら商品プレゼント!
伝次平倶楽部(群馬県前橋市富士見町)

小ホール

野菜を美味しく、楽しく食べよう

・野菜の切り方の名称クイズ
・根菜収穫ゲーム
・ホワイトボードシアター
・おやさいぬりえコーナー
東京都立赤羽北桜高等学校 調理科

保育園の食育活動を紹介!

・区立直営保育園で実施している
食育活動の紹介
img alt="Carrot illustration" data-bbox="855 385 925 420"/>

保育課

集会室

第5集会室

食育おもちゃとあそぼう

・パクパクぞうさん
・食育マグネットシアター
img alt="Strawberry illustration" data-bbox="85 525 145 560"/>

東京家政大学 ヒューマンライフ支援センター

第6集会室

チャレンジコーナー

野菜クイズ & 豆つかみ

・1日に使うお野菜は!?
・リズムに乗って豆つかみ
img alt="Tomato illustration" data-bbox="245 540 305 575"/>

北区栄養グループ食彩

乳幼児向け食品、 シニア・介護向け食品 の紹介

・アサヒグループ食品の
乳幼児向け食品、シニア・
介護向け食品等の紹介
アサヒグループ食品株式会社

アサヒグループ食品株式会社

第7集会室

みんなで作る 野菜と楽しむ パネルデコレーション

・折り紙で野菜を折って、パネル
の畑に貼ろう
・野菜アンケート
・食育への取り組みに関するパネ
ル展示
生涯学習・学校地域連携課

生涯学習・学校地域連携課

フードドライブを 実施します

家庭の未利用食品を回収します!集めた食品を区内の子ども食堂に
お渡しするフードドライブを行っています。
ご家庭にある対象食品が眠っていたら当日ぜひお持ちください!


対象
賞味期限まで2ヶ月以上あり、未開封で
常温保存が可能な食品

食育フェア関連事業

ベジチェック®

あなたの野菜摂取レベルを
測定できます!

1月上旬～3月末頃まで区役所第1庁舎にて
いつでも測定いただけます!



手のひらを
あてて30秒
待っただけ!

同日
開催

食育講演会


野菜を楽しみ もっと健康に!

野菜の楽しみ方や、栄養面の魅力、
食卓への取り入れ方をお話します

講師 キューピー株式会社 前田 淳氏

会場: 赤羽会館3階 第2集会室
時間: ・午前11時～ ・午後2時～
費用: 無料
定員: 各40名

①事前申込(抽選20名)
右記QRコードより申込
②当日整理券配布(先着20名)
受付にてお声かけください



2/17(土)

親子フッキング教室

うどん

野菜たっぷり
手打ち

材料に小麦を使用

申込制

講師: 北区栄養グループ食彩
会場: ココキタ キッチンスタジオ

日付: 令和6年2月17日(土)
対象: 区内在住の小学生とその保護者(2名1組)
申込方法: 北区ニュース1月20日号をご覧ください

【問い合わせ先】 ☎114-8508(住所不要) 健康推進課 健康づくり推進係「食育フェア」担当 TEL3908-9068