

「たっぷり野菜でメタボ予防」をテーマに食育イベントを開催しました！

奈良県桜井保健所では栄養・食生活の課題である「肥満者の割合は全国で男性が8番目に高い！」「野菜の摂取量は全国で男性が8番目・女性が3番目に少ない！」等を改善するために、関係機関・団体と連携を図り食育のイベントを実施しました。

- 実施日時：平成23年9月4日（日）10:00～15:00
 - 実施場所：オークワ橿原醍醐店
 - 実施主体：桜井保健所地域食育ネットワーク連絡会
（食生活改善推進員連絡協議会桜井支部、奈良農政事務所、奈良県桜井保健所）
 - 協力団体：オークワ橿原醍醐店、カゴメ、日本ハム
 - 実施内容：
 - ゲーム・・・お菓子のつかみ取り・くじ引き大会
 - 野菜釣りゲーム
 - 食品をテーマにしたクイズラリー（正解者に景品あり）
 - 測ってためそう350gゲーム・はてなボックス等
 - 実演・・・野菜やウインナーの飾り切り
 - 試食・・・野菜を使ったおやつ
 - 測定・・・体組成計による体脂肪率・筋肉率測定（栄養相談）
 - 相談・・・歯科衛生士による歯科相談
 - 展示・・・メタボを予防するための奈良県版食事バランスガイドパネル
- ☆トマトなベアー君・ハムリンちゃん来場！！



食育イベントミニレポート in 檀原

H23. 9. 4

平成23年9月4日オークワ檀原醍醐店で
食育イベント「たっぷり野菜でメタボ予防」が行われました。



かわいいキャラクターが登場したり



野菜を使った美味しいおやつですよ



この花どんな野菜の花？



野菜釣りゲームコーナーで
ちびっ子が夢中になったり

1日に350gの野菜
を食べていますか？



帝塚山大学の管理
栄養士の卵です。
メタボに関するクイズ
を出題します☆



ウィンナーやハムの飾切りを教えてもらうコーナーがありました。
写真はウィンナーやハムで作られた動物園です！

他にもクイズラリー、野菜をつかったおやつを試食など盛りだくさんの内容でした。
楽しく学べる食育イベントに機会があったら是非参加してください！