



記者発表資料

千葉開府 Road to 900 since 1126	平成29年7月31日
	美浜保健福祉センター
	健康課
	電話 270-2280
	内線 96-560

美浜区で「美浜野菜フェスタ」を開催します！

～これならできるバランス食生活～

美浜区では、子どもから高齢の方までの、健康づくりの一環として、野菜に親しんでもらうイベント「美浜野菜フェスタ」を開催しますので、お知らせします。

1 目 的（※詳細は別添チラシのとおり）

健康日本21の栄養・食生活の分野において、野菜を1日350g摂取することを目標としています。（実態 成人1人1日当たり 平均281.7g）

健やか未来都市ちばプラン・第2次千葉市食育推進計画においても、野菜摂取量の増加(1日あたり350g)を目標としています。

そこで、子どもから高齢者までを対象に、「1日350gの野菜を摂る必要性」について啓発し、もって摂取量の増加を図ることを目的に「美浜野菜フェスタ」を開催します。

2 日 時 平成29年8月4日(金) 13:00～16:00

3 会 場 イオンマリニピア店4階G.Gモール（千葉市美浜区高洲3-13-1）

4 内 容

(1) 野菜の興味や関心を深める取組

- ・野菜ソムリエ等による野菜講座
- ・野菜あてクイズ（はてな？ボックス・・・手探りで箱の中の野菜をあてる）
- ・350g相当の野菜の展示
- ・千葉市内の農産物紹介

(2) 野菜の食べ方への提案

- ・美浜区内の小学校の給食レシピの紹介
- ・簡単野菜レシピの実演