

学ぶ!食べる!つながる! ふくしま食育チャレンジ

参加型
ワークショップ
&調理実習

親子でチャレンジ!!

おいとヘルとキッチン

浜通り・中通り・会津の県内3エリアで計10回開催

県内の小学生とその保護者を対象に、「ちょうどよい適量・おいしく減塩・野菜摂取」をテーマとしたメニューの調理実習を行ないます。

持ち物は
エプロンと
三角巾とマスク
だけでOK!

7/30

中通り

郡山市男女共同
参画センター
(さんかくプラザ)

〒963-8876 郡山市麓山2-9-1 調理実習室

木曜日
定員
10組様

7/31

中通り

スーパーマーケットいちい
フォーズマーケット山下店

〒960-8115 福島市山下町1-29
クックラボ

金曜日
定員
5組様

8/3

会津

会津若松市生涯学習
総合センター【会津稽古堂】

〒965-0871 会津若松市栄町3番50号
クッキングスタジオ

月曜日
定員
6組様

8/5

会津

御蔵入交流館

〒967-0004 南会津郡南会津町
田島字宮本東22番地
調理実習室

水曜日
定員
10組様

8/21

浜通り

マルト
技能研修センター

〒971-8165 いわき市小名浜愛宕町16-10
技能センター

金曜日
定員
6組様

8/22

中通り

白河市産業プラザ
人材育成センター

〒961-0053 白河市中田140番地
調理室

土曜日
定員
6組様

8/23

中通り

ヨークベニマル
本社

〒963-8543 郡山市谷島町5番42号
テストキッチン

日曜日
定員
10組様

9/12

会津

会津若松市生涯学習
総合センター【会津稽古堂】

〒965-0871 会津若松市栄町3番50号
クッキングスタジオ

土曜日
定員
6組様

9/19

浜通り

マルト
技能研修センター

〒971-8165 いわき市小名浜愛宕町16-10
技能センター

土曜日
定員
6組様

11/3

浜通り

道の駅南相馬

〒975-0033
福島県南相馬市原町区高見町2丁目30-1
調理実習室

火曜日(祝日)
定員
6組様

ほんだ いうち
本田 よう一 先生

1983年生まれ。福島県泉崎村出身。高校を卒業した後、栄養士の専門学校に進み、栄養士の免許を取得。卒業後は独学で、料理写真を学び、フリーカメラマンに。2006年からは料理家として仕事を開始。野菜をたっぷり使い、素材の味を活かしたレシピを得意とし、家族みんなが楽しめる味付けに定評がある。現在は料理家として食べてくれる人にやさしく、作ってくれる人にもやさしくをモットーとしている。あったかふくしま観光交流大使として活動中。



10:30

受付・開会(連絡事項など)



10:45~11:30

減塩ワークショップ



11:40~13:00

調理実習



14:00

解散

タイム
スケジュール

注意事項

※各回ごとに定員が異なります。

※定員になり次第、受付を締め切らせていただきます。

※日程は変更となる場合がございますのでご了承ください。

食育普及イベントも開催

EVENT 1

本田よう一先生による
減塩メニュー試食会

+

EVENT 2

KAGOMEベジチェッカーで
推定野菜摂取量を見える化

+

EVENT 3

アンケートご記入で
減塩お菓子プレゼント

7/20
月曜日(祝日)
開催時間 10:00~15:00

リオンドール田島バイパス店
〒967-0004 福島県南会津郡南会津町田島字田島柳65-1

10/25
日曜日
開催時間 10:00~15:00

イオンスーパーセンター南相馬店
〒975-8585 南相馬市原町区大木戸金場77



福島県 保健福祉部健康づくり推進課

事務局:株式会社ル・プロジェ 電話:024-995-3878
こちらの二次元コードまたはお電話にてお申込みいただけます

