

朝ごはんで始まる元気な一日

入場無料

# 食育フォーラム in 上越 2018

学んでおいしく健やか上越の食育

上越市食育推進キャラクター  
もぐもぐジョッピー



当日は無料  
シャトルバスを  
運行します

フォーラム当日は、臨時駐車場  
(JAえちご上越本店)から会場まで  
シャトルバス(無料)を  
15分おきに運行します。  
(9:45~15:30)

開催日時

11月17日(土)  
10:00~15:00

会場

上越市市民プラザ  
上越市土橋 1914-3

13:30~14:10

公認スポーツ栄養士がアドバイス!

特設  
ステージ

## 朝ごはんでつくる 負けない体



■講師/石墨 清美江氏(上越市出身、県内初公認スポーツ栄養士)  
アスリート等の栄養・食事をサポートする公認スポーツ栄養士による、スポーツ  
で負けない、風邪に負けない丈夫な体をつくる食事や栄養についてのお話です。

11:00~11:45、14:15~15:00

第5  
会議室

## ●始めよう健康食習慣 ~正しい健康情報とは~

■講師/沖島 史朗氏(上越ヤクルト販売(株))

ヤクルト400  
など  
プレゼント付き!

## 料理・体験コーナー

10:00~

●みそまる作り体験、しょうゆ味比べ [上越発酵食品研究会]

●体の基礎作り応援コーナー [上越市食生活改善推進委員会  
上越市運動普及推進員協議会]

10:30~12:00 ●親子で体験!~楽しく減塩~

[新潟県食生活改善推進委員協議会上越支部]

11:15~11:45 ●おにぎり作り体験

[上越市食生活改善推進委員会]

12:00~13:00 ●給食メニュー展示、試食

[上越市教育委員会 学校栄養士部・調理員部会]

13:00~13:30

●家族の食育レシピコンテスト(朝食レシピ)表彰式  
カンタン調理の紹介 [調理:JAえちご上越]



※初PRキャラクター  
ヨシバママ  
@やままたかし

●ふるまい

限定150食

限定150食

○杣つき餅/10:00~

○上越の郷土料理「スキー汁」/12:00~

## 上越の美味しいものコーナー

食育フォーラム限定  
デザートも販売  
13:00~

- (有)朝日池総合農場 ..... おこわ、プリン、餅、甘酒販売
- 関東日本フード(株) ..... くびき牛試食・販売
- 上越ヤクルト販売(株) ..... ヤクルト試飲、乳製品セット販売(くじ引き付)
- (有)若杉 ..... する天・天むす販売
- (株)ナルス ..... まごはやさしいお弁当(食育弁当)ほか販売
- 日本ハム東販売(株) ..... ウインナー試食
- (株)ハローツウ ..... シャークカツ、みそてりっ等の販売
- 平安セレモニー(株)デュオセレッツ 上越野菜のカレーメグスのフライセット販売
- (株)リボン ..... 米粉使用のエッグワッフル
- 特定非営利活動法人おりづる バターナッツかぼちゃのシフォンケーキ等の販売
- 明日葉栽培研究会 ..... 商品の試食・販売
- えちご上越農業協同組合 ..... あるるん畑・あるるんの杜出張販売、お米の食べ比べ
- 社会福祉法人上越福祉会かなやの里ワークス  
味噌、クッキー、パン、乾燥野菜等の販売
- 生活協同組合コープにいがた コープ商品のおやつ等の試食
- 生活協同組合コープクルコ・クルコ商品が当たるガラボン
- 地域環境リーダーの会・高田「菜の花プロジェクト」  
エゴマのさく油、エゴマ油使用のチヂミ販売

## ●カフェコーナー

10:00~12:00、13:00~14:00

吉川高等特別支援学校(ハッピーカフェ)

## ●上越産新そばコーナー

## ●その他

- 保育士による「たべものdeショー」(11:00~11:30)
- ジョッピーポイント※お買い物してスタンプを集めると素敵な景品が当たります。
- 食育クイズラリー※全問正解者に景品を差し上げます。
- 健康相談コーナー ○味噌作りキット販売
- DVD上映「上越の農業」(米・野菜・味噌編)、サメ食文化の普及へ、  
上越野菜ずいき

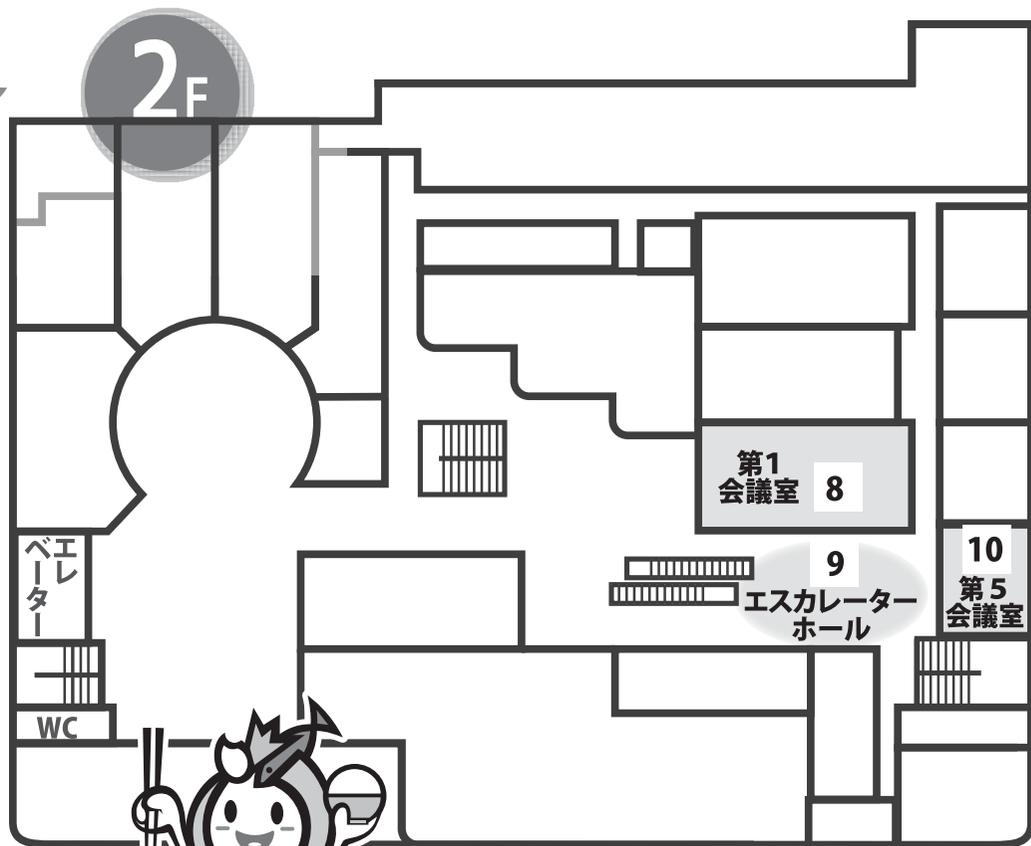
●主催/上越市、上越市教育委員会、上越の食を育む会(上越食育推進協議会)、JAえちご上越

●後援/上越教育大学、新潟県立看護大学、(一社)上越医師会、(一社)上越歯科医師会、北陸農政局、新潟県上越地域振興局、  
調理師会直江津協会、上越調理師協会、(公社)新潟県栄養士会上越支部、市民プラザ指定管理者(株)上越シビックサービス

問合せ先/上越市役所農村振興課: TEL: 025-526-5111 (内線1812)  
e-mail: syoku-iku@city.joetsu.lg.jp

# 2018 食育フォーラム in 上越

## 会場案内図



上越市食育推進キャラクター  
もぐもぐジョッピー

総合案内受付	食育フォーラム総合案内 ジョッピーポイント抽選所 味噌作りキット販売
1	10:00 ~ ふるまい杵つき餅
	11:00 ~ 11:30 保育士による「たべもの de ショー」
	13:00 ~ 13:30 家族の食育レシピコンテスト 表彰式とカンタン調理の紹介 DVD 上映
2	10:30 ~ 12:00 親子で体験！～楽しく減塩～

3	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 14:00 カフェコーナー 上越産新そばコーナー
	4
5	10:00 ~ 体の基礎作り応援コーナー
	11:15 ~ 11:45 おにぎり作り体験
	12:00 ~ 13:00 学校給食メニューの試食展示
10	市内小中学校の食育活動紹介 家族の食育レシピコンテスト応募作品展示

6	12:00 ~ ふるまいスキージ
	7
8	公立保育園食育活動紹介
	もぐもぐジョッピーぬりえ みそまる作り体験としょうゆ味比べ
9	展示コーナー (各種団体の食育活動紹介)
10	11:00 ~ 11:45 14:15 ~ 15:00 「始めよう健康食習慣 ～正しい健康情報とは～【講座】

**当日は無料シャトルバスを運行します**

※フォーラム当日は、臨時駐車場(JAえちご上越本店)から会場までシャトルバス(無料)を15分おきに運行します。(9:45 ~ 15:30)

春日山 市役所前 上越 I.C.

春日山駅 上越市役所

北陸自動車道

臨時駐車場 JA えちご上越本店

関川

上越市市民プラザ

至直江津

至新井