

～つなげよう 食と健康 多摩の地から～

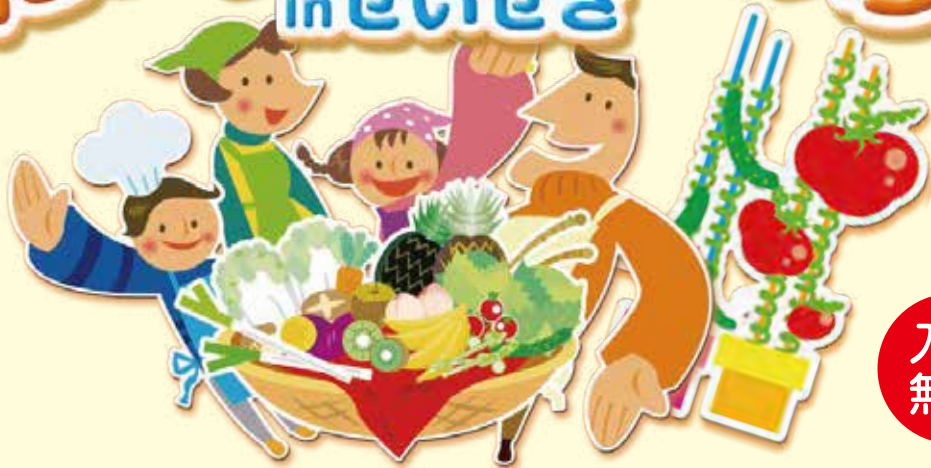


2018
第10回

たま食育フェスタ

inせいせき

食と健康の祭典



入場
無料

2018年2月17日(土)・18日(日)

京王聖蹟桜ヶ丘ショッピングセンター A館6階アウラホール

時間 10:00～16:00 入場は閉場の30分前まで

楽しみながら学べる食と健康の情報が盛りだくさん! 家族そろってご来場ください!

試食

学校給食や減塩ラーメン
などのご試食もどうぞ!

展示・紹介

様々な団体・企業の「食」についての
取り組みをご紹介します。

つくろう! チャレンジ

サンドイッチ作りを体験!
ゲームやクイズにも参加しよう!

ステージイベント

2/17
(土)

育てて食べて命の循環を
考える学校菜園の活動発表

11:00～11:30 薬和小学校



子どもが楽しく食べて
元気に育つ保育園での食育

12:00～12:30 京王子育てサポート

保育園の取り組み紹介を通じて、食育がこどもたちの
心と体を育てる大切な営みであることを伝えます。



健康に過ごすには食事から
～高齢者の食事ケア～

15:00～15:30 南多摩施設給食協会



2/18
(日)

菜Saiフレンズ
の栄養クイズ

11:00～11:30



駒沢女子大学

保育園の食育風景と
ペープサート「ポー・トリオ」

12:00～12:30



多摩市の各保育園の食育風景のスライド上映と
共にペープサート(紙人形劇)を上演
いたします。

多摩市保育協議会

調理実演&トーク
「サツとつくれる美味しい健康レシピ!」

13:30～14:30 料理研究家・編集者 柳澤 英子氏

「やせるおかず 作り置き」シリーズで大人気の柳澤英子さん
登場!サツとつくれる美味しい健康レシピをご紹介します!

柳澤 英子氏プロフィール 料理研究家・編集者。
2011年、52歳のときに食を楽しむ独自の食事を始め、
1年後には26キロ減の47キロに。その後リバウンドも
なく、太りにくい体質と健康をキープ。「やせるおかず
作り置き」(小学館)などの「やせおか」シリーズは累計
258万部超の大ヒットに。「オリコン2017年年間「本
ランキング」BOOK(総合)部門の作家別売り上げで
2年連続の年間1位、Amazonランキング大賞2017
和書総合でも「やせるおかず 作り置き」が1位を獲得。



調理実演
「鱈のサクサクしんびき揚げ
と和風クラムチャウダー」

13:30～14:30

鱈をサクサクにあげるコツを伝授
します!

(講師:今井 靖人氏)



東京多摩調理製菓専門学校

健康に過ごす
には食事から
～高齢者の食事ケア～

15:00～15:30

南多摩施設給食協会

伊藤園ブース

2/17 2/18
(土) (日)

お茶犬「リョク」が
登場!一緒に写真
を撮ろう!

10:00～、11:00～、
12:00～、13:30～、
14:30～、15:30～

伊藤園



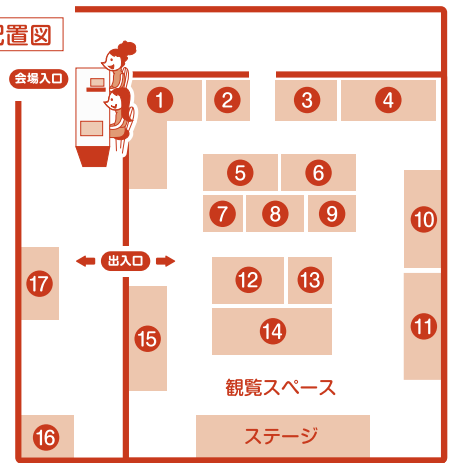
©SEGA TOYS / HORIPRO

詳しくは裏面をご覧ください。
イベントにより、混雑時は整理
券を配布する場合がございます。

2018 第10回 たま食育フェスタ in せいせき

～食と健康の祭典～

ブース配置図



会場のご案内



2018 たま食育フェスタ 各団体展示内容

1 駒沢女子大学

菜Sai(さいさい)フレンズの栄養スタンプラリー

オリジナルのスタンプを集めながら、栄養に関するクイズに挑戦。

2 ノ宮児童館

親子で参加できる食育活動

「体験農業」、「自給自足カレー大作戦」等の活動をご紹介します。

3 多摩市健康推進課

野菜ファーストをはじめよう

「野菜ファースト」の紹介と展示。「野菜足りてる度」チェック。栄養士による食生活アドバイスも。

4 京王子育てサポート

楽しく食べて元気に育つ 保育園の食育

保育園での食事風景や食育活動風景の写真展。昆布鰹出汁の試飲コーナーや園のおやつレシピ配布も。

5 山崎製パン

親子で作ろう! サンドイッチ教室

作る楽しさと食べる事の大切さを学んでいただけます。(各回先着10名様) 各日2回 12:00～、14:00～ ※整理券を配布する場合があります。

6 モランボン

みんなで楽しい! おいしい! 親子手作り餃子教室

餃子講師と一緒に餃子包み体験と、焼きたて餃子の試食。(各回親子5組・30分程度) 10:30～、12:30～、14:30～ ※整理券を配布する場合があります。

7 桜美林大学

子育てに便利な多摩市の飲食&観光マップの紹介

家族と過ごす多摩での休日を提案する飲食&観光マップ「たまっぷ」のご紹介。多摩市ご当地お菓子の試食も。

8 多摩市消費者団体等連絡会

日本鍋紀行

～湯気のなかみは何かしら?～

日本各地の名物鍋や話題の鍋の具材を当てるゲーム。正解者には「鍋奉行認定書」を進呈します。鍋レシピの配布や食品ロスに関する〇×クイズも。

9 恵泉女学園大学

生活園芸

～大地から食卓、栽培から食へ～

教育農場で有機園芸を実践する「生活園芸」。そこで学んだことを生かした、「食」にまつわる活動をご紹介します。その一つ、恵泉オーガニックカフェで提供しているほうじ茶を試飲していただけます。

10 東都生活協同組合

素材の味がいきている!

産直野菜ジュース試飲コーナー

生協では農業や化学肥料に頼らない「土づくり」によって栽培した産直野菜や、国産原料を優先し不要な添加物を除いた加工品を取扱っています。

11 南多摩施設給食協会・南多摩保健所

みんなの栄養展

～健康に過ごすには食事から!～

テーマは「野菜で健康生活～野菜、足りていますか?～」。展示とクイズ。栄養食品の試供品配布も。

12 伊藤園

「抹茶のこころ・たのしさ・おいしさ」体験

親子で楽しむ抹茶体験教室「抹茶を点ててみよう」

対象：高校生以下(未就学児は保護者同伴)

各回12名30分程度

10:30～、11:30～、13:00～、14:00～、15:00～

※整理券を配布する場合があります。

●展示「抹茶ってなあに?」

●お茶犬「リョク」撮影会 (スケジュールは表面をご覧ください)

13 シーズネットワーク

特産品が当たる?

多摩市農産物クイズにチャレンジ!

多摩市の農産物に関するクイズに答えてキーワードを見つけると、くじ引きに参加できます(はずれ無し・お一人様1回のみ)。ヒントはブース内のパネルや展示に隠されています。

14 多摩市保育協議会・栄養士会

保育園のあったかごはん展

多摩市各保育園による給食風景、食育活動の写真展示。食べる機能を育てる遊びの紹介も。

15 東京多摩調理製菓専門学校

タマチョップチタルトを食べて 食材クイズに挑戦!

プチタルトを試食して、中身を当てていただけます。

16 長崎ラーメン西海(アーバン)

体にやさしい減塩ラーメン試食

各日2回 10:00(約200食)～、13:30(約100食)～ ※なくなり次第終了

17 多摩市立学校給食センター

多摩市産の野菜を使った 「冬野菜シチュー」試食

各日先着約300食 11:30～14:30(なくなり次第終了)

※イベントにより、混雑時は整理券を配布する場合がございます。※試食や試供品はなくなり次第終了となります。※各団体のイベントスケジュール・内容は予告なく変更となる場合がございます。

平成25年8月、「第2次 多摩市食育推進計画」が策定されました。私たちはこれからも、地域の皆様が健康でいきいきと暮らせるよう、食を中心とした人と人とのつながり・ネットワークづくりを推進いたします。

2018 たま食育フェスタ in せいせき 参加団体一覧

- たま食育フェスタ実行委員会：京王電鉄(株)、恵泉女学園大学、駒沢女子大学、NPO法人シーズネットワーク、多摩市消費者団体等連絡会、東京多摩調理製菓専門学校
- 後援団体：多摩市、多摩市教育委員会
- 協力団体：(株)アーバン、(株)伊藤園、桜美林大学、(株)京王子育てサポート、多摩市健康推進課、多摩市保育協議会・栄養士会、多摩市立一ノ宮児童館、多摩市立学校給食センター(公財)東京都学校給食会、東都生活協同組合、南多摩施設給食協会、モランボン(株)、山崎製パン(株)

