



令和5年7月20日

豊川市政記者クラブ加盟社 各位

夏休み
ワークショップ

豊川市制施行80周年記念事業

「食育推進プロジェクト」つなごう！食のタスキ

けんこう
野菜でととのう健幸生活



野菜摂取量が不足しがちな子育て世代・働く世代を中心に、「親子で参加できる参加型講演会」をはじめ、「手のひらで簡単野菜摂取レベル測定」や「やさい博士クイズ」「ハーブ坊やとじゃんけん大会」など、学びあり、体験あり、参加賞ありのイベントを開催します。夏休みの思い出づくり、自由研究の題材づくりにピッタリのイベントです。

記

- 1 開催日時 令和5年8月19日（土曜日）
午前9時30分～（最終入場午後0時30分）
- 2 会場 豊川市文化会館
- 3 内容

【参加型講演会】

演題：夏休みに学ぶ 野菜のチカラ

講師：カゴメ 野菜と生活 管理栄養士ラボ®

時間：午前10時30分～午前11時30分

対象：市内在住・在勤の小学生以上（小学生は保護者同伴）

定員：200名

申込み：8月18日（金曜日）午前10時00分締め切り

電話（0533-95-4803・平日午前8時30分～午後5時15分）またはWEB、FAX（0533-89-5960）で、保健センター成人保健係へお申し込みください。FAXの場合は、氏名・電話番号・生年月日・講演会名「野菜でととのう健幸生活」を明記し送信してください。



申込は
こちらからも
できます！





【ハーブ坊やとじゃんけん大会】

時間：午前11時～、午前11時40分～

対象：市内在住の3歳以上～小学生2年生以下

申込：不要

【その他のイベント】

「手のひらで簡単野菜摂取レベル測定」や「やさい博士クイズ」は申込み不要です。市内在住・在勤の方は、どなたでも開催時間内であればご参加いただけます。

- 4 その他 台風等、天候により中止になる場合があります。中止の場合はホームページでお知らせします。
- 5 添付資料 チラシ（参考）

【お問合せ先】

豊川市役所 子ども健康部 保健センター 成人保健係 岩田・大下

TEL:0533-95-4803 Eメール: hokens@city.toyokawa.lg.jp



へっ*なごう! 良のタスキ

参加
無料

3つのイベントを楽しもう!

とことん 食育

1 **＼ときめいて/
子どもの健やかな
育ちを応援**

～楽しく食べる子どもをめざして～

日付 2023年6月17日±

食に親しむイベント など

2 **＼心うごく/
夏休みワークショップ
野菜でととのう健康生活**

日付 2023年8月19日±

カゴメ 野菜と生活 管理栄養士ラボ®
の参加型講演会 など

3 **＼豊川のおいしさ再発見!!/
とよかわ農業市**

日付 2023年6月11日日
2023年7月9日日
2024年2月11日日

豊川市内の新鮮野菜、
加工品を農家さんが
販売します。

詳しくは
HPへ



わくわくスタンプラリー!!



とよかわ
農業市第1回

6月11日日

食育イベント・
シンポジウム

6月17日±

とよかわ
農業市第2回

7月9日日

夏休み
ワークショップ

8月19日±

とよかわ
農業市第3回

2月11日日

※それぞれの会場でスタンプをもらってね



プレゼント!

スタンプ3個以上集めて上記イベント会場に持ってきていただくと先着2,000名
の方に参加賞(豊川産大葉のドライドレッシング【試供品】)をプレゼント!

更に抽選で15名の方に、ブランド米「音羽米」5kgが当たります!



子どもの健やかな育ちを応援 ～楽しく食べる子どもをめがけて～

日付 2023年6月17日(土)
会場 豊川市文化会館
対象 どなたでも



1 食に親しむイベント ※申込不要

時間 13:30～17:00

内容 ・いなりんと〇×クイズ
・体験や展示企業ブースによるスタンプラリー
・保育コンシェルジュに聞いてみようコーナー など

参加賞あり
先着200名

2 学びと交流シンポジウム ※要申込

時間 14:30～17:00

定員 450名

内容 講演会
(白梅学園大学教授 林薫氏)
保育園の取組紹介



申込フォーム

託児あり:1歳から未就学まで
(要申込 定員10名)



問い合わせ 保育課

TEL 0533-89-2274
FAX 0533-89-2269

夏休みワークショップ 野菜でととのう健康生活



詳しくはHPへ



日付 2023年 8月19日(土)
会場 豊川市文化会館 **時間** 9:30～(入場は12:30まで)
対象 豊川市内に在住、または在勤の方



1 カゴメ 野菜と生活 管理栄養士ラボ® 参加型講演会

※要申込 [6/12からWEB、TEL、FAXで]

時間 10:30～11:30頃

対象 小学生以上ならどなたでも
(小学生は保護者同伴)

定員 200名

参加賞あり
先着200名

託児あり:1歳から未就学まで
(要申込 定員10名)

2 KAYAMA みつばちのおすそわけ 「みつろうオリジナルキャンドル作り!」

※要申込 [6/12からWEBのみ]

時間 10:00 / 10:40 / 11:20 /
12:00 / 12:40

対象 どなたでも
(小学4年生以下は保護者同伴)

定員 各9組(全45組)

※材料費200円必要



3 ハーブ坊やとじゃんけん大会

時間 11:00～11:40～

対象 3歳以上小学2年生まで

参加賞あり

4 手のひらで簡単!野菜摂取レベル測定

(講演会参加者優先)

時間 9:30～12:30



5 やさい博士クイズ

対象 どなたでも

参加賞あり
先着500名

6 その他

簡易健康測定や小さなお子さん向けのボールすくい・的あてゲームなどのイベントあり!

問い合わせ 保健センター

TEL 0533-95-4803
FAX 0533-89-5960

とよかわ農業市



第1回

日付 2023年 6月11日(日)

時間 9:00～11:00

会場 赤塚山公園ぎょぎょランド前

問い合わせ 農務課 TEL 0533-89-2138 FAX 0533-89-2297

第2回

日付 2023年 7月9日(日)

時間 9:00～11:00

会場 赤塚山公園ぎょぎょランド前



第3回

日付 2024年 2月11日(日)

時間 10:00～12:00

会場 イオンモール豊川



詳しくはHPへ



同時開催! 80周年記念プロジェクト

記念給食



記念給食として豊川産農産物をふんだんに使った給食を児童生徒に提供します!

日付 2023年 6月23日(金)

★ いちごあんの水まんじゅう
★ いなりキーマカレー

食育ツアー



東三温室園芸農業協同組合の豊川大葉包装センター見学と大葉を使った料理体験ができるツアー

対象 市内小学生とその保護者

募集 広報とよかわ7月号でお知らせします。

おもてなしレシピグランプリ

テーマにそった豊川産の農産物を使ったレシピを募集します!

テーマ とよかわブランドの農産物を使ったお手軽レシピ

募集 広報とよかわ11月号でお知らせします。



応募企画 こだわり農産物 タイアップ店

農薬の使用回数や化学肥料の使用量を通常の3割以上減らして栽培した野菜を「こだわり農産物」として認証しています。また、「こだわり農産物」を積極的に使用する市内の飲食店を「こだわり農産物タイアップ店」として認定しています。こだわり農産物を購入できるお店やタイアップ店の情報を随時発信中!

詳しくは市のHPをチェック!



とことん
食育

つなごう食のタスキ



夏休みワークショップ 野菜でととのう健幸生活

8月19日(土)開催

9:30～*入場は12:30まで



会場 文化会館



**カゴメ 野菜と生活
管理栄養士ラボ®
参加型講演会**

参加賞
あり

要予約

予約は6/12からWEB、TEL、FAXで

参加賞
あり



**ハーブ坊やと
じゃんけん大会**



**KAYAMA
みつばちのおすそわけ
「みつろうオリジナル
キャンドル作り！」**



要予約

※材料費200円必要
予約は6/12からWEBのみ



**手のひらで簡単！
野菜摂取レベル測定**

参加賞
あり

やさしい博士クイズ



その他ボールすくい 的あてゲーム 簡易健康測定など

【予約・問い合わせ】 ▶ 豊川市保健センター TEL 0533-95-4803 FAX 0533-89-5960

けんこう 考えて食べる健幸生活

3つがそろるとカラダにいいね

【第二次とよかわ健康づくり計画 重点分野推進キャッチフレーズ】



Cいなりん

1日 **3** 食
毎食 **3** 色

エネルギーになる
主食



ごはん・パン・麺など

カラダを作る
主菜



肉・魚・卵・大豆製品など

カラダの調子を整える
副菜



野菜・海藻・きのこなど

朝ごはんを食べないなど1日3回の食事がとれない状況は、年齢や体型を問わず生活習慣病や老化を早める原因になります。私たちのカラダは食べた物でできています。カラダを整えるには「1日3回の食事」で主食・主菜・副菜のそろった栄養バランスのよい食事が基本です。