

夏休み家族で楽しむ とことん食育!



# わくわく元気Labo

8月3日 (土) 10:00~15:00 inサーラプラザ豊川  
(最終受付15:00)

8月29日 (木) 9:30~14:00 inイオンモール豊川

8月30日 (金) 9:30~14:00 (最終受付14:00)

野菜摂取  
レベル測定

手のひらで簡単!  
ベジチェック®

おしえて!  
センセイ

糖尿病専門医解説

血糖  
セルフチェック

糖尿病専門医  
監修

100gに  
挑戦

野菜を使った  
重さ当てゲーム  
農務課

姿勢良くなる  
わくわく体操

健康運動指導士  
による体操

ベジベジ  
相談

野菜嫌いに  
どう付き合う  
管理栄養士

骨の健康度  
チェック

雪印メグミルク  
株式会社

最新AI  
による姿勢分析

第一生命保険  
株式会社

(問合せ) 豊川市保健センター TEL0533-95-4803  
FAX0533-89-5960



【主催】豊川市 【後援】豊川市医師会

【協力】サーラプラザ豊川 イオンモール豊川



8月3日(土) 10:00~15:00 (最終受付15:00)

会場 サラプラザ豊川

豊川市豊川町知通63-1

① おしえて!センセイ 親子クイズ

10:30~/13:30~ 各回先着30名

講師:野本和希(豊川市医師会 糖尿病専門医)

② 血糖セルフチェック(18歳以上)

11:00~/14:00~ 各回先着15名

(おしえて!センセイ参加者優先)

監修:野本和希(豊川市医師会 糖尿病専門医)

③ 野菜嫌いはどう付き合う?

管理栄養士によるベジベジ相談

④ 塩糰の米粉ケーキサレづくり(受講料 500円)

10:30~/11:30~/13:00~/14:00~

親子各回4組(保護者1名に小学生のお子様2名まで)

講師:岡本麻紀(管理栄養士・食育インストラクター)

申込:WEBのみ(7月5日10時~)

Sala PLAZA サラプラザ豊川

⑤ 野菜摂取レベル測定

手のひらで簡単 ベジチェック®体験

⑥ 100gに挑戦

野菜を使った重さ当てゲーム

農務課

⑦ その他 骨の健康度チェックや

みつろうキャンドル作りなど

雪印メグミルク(株) 加山興業(株)



8月29日(木) 会場 イオンモール豊川

<1F ノースコート>

9:30~14:00 (最終受付14:00)

① 野菜摂取レベル測定

手のひらで簡単 ベジチェック®体験

② 100gに挑戦

野菜を使った重さ当てゲーム

農務課

③ 野菜嫌いはどう付き合う?

管理栄養士によるベジベジ相談

<2F CENTRAL PARK>

① 姿勢良くなるわくわく体操

10:30~/11:20~

各回先着40名

講師:伊藤聖子  
(健康運動指導士)



③ わずか3分!

最新AIによる

姿勢分析

② 骨の健康度チェック

10:00~14:00

雪印メグミルク(株)

10:00~14:00

第一生命保険(株)

8月30日(金) 会場 イオンモール豊川

<1F ノースコート>

9:30~14:00 (最終受付14:00)

① 野菜摂取レベル測定

手のひらで簡単 ベジチェック®体験

② 100gに挑戦

野菜を使った重さ当てゲーム

農務課

③ おしえて!センセイ

血糖セルフチェック(18歳以上)

11:30~12:30

13:00~14:00

各回先着50名

監修:野本和希(豊川市医師会 糖尿病専門医)

④ 野菜嫌いはどう付き合う?

管理栄養士によるベジベジ相談



詳しくはHPへ