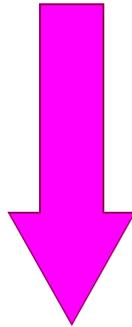


今回は**食育**のお話。

毎日朝食をとっていますか？
栄養のバランスは取れていますか？
家族バラバラで食べていませんか？



正しい食生活の
習慣化が必要です



さあ、出来るところから**食育**をはじめましょう。
キーワードは”**おいしいかお**”

お はよう、元気のもと！毎日みんなで朝ごはん

「**い** ただきます」「ごちそうさま」しっかりあいさつ

しょくじバランスガイド、
コマで知る、自分の適量！



い つも安全安心
にいがたの地元食材を食卓に



か しこい先人の知恵！新潟の食文化を伝えましょう。

お ーきな輪！食育県民運動を地域で広げましょう。

新潟県健康づくり・食育推進県民大会

～みんなで健康づくりと食育の輪を広げよう～



健康づくり・食育をより身近に感じ・触れて
いただけるイベントです。ぜひご参加ください。

入場無料

運動習慣普及マーク「トビィー」



日 時 平成19年12月2日(日) 10:00～16:00



会 場 朱鷺メッセ



基調講演

「生きる力を育てるために～考えたい”食卓の向こう側”～」

浜 美枝さん(女優)



健康づくり・食育トーク

ゲスト 浜 美枝さん(女優)

浜 美枝

中村 真衣さん(シドニー五輪銀メダリスト)

吉田 育子さん(新潟調理師専門学校長)

石塚 美津夫さん(JAささかみ)



コーディネーター

中村 真衣

山崎 理(”Dr.ヤマゴン”こと新潟県福祉保健部健康対策課長)



ブース展示

試食・販売・測定・相談など、楽しくてためになることが盛りだくさん!!他にウォーキング教室もあります。



参加方法

基調講演、健康づくり・食育トーク、
ウォーキング教室は事前の申込が必要です。
詳しくは、県健康対策課



TEL 025-280-5198 FAX 025-285-8757

「健康にいがた21」(<http://www.kenko-niigata.com/21>)まで