



＼もぐもぐジョッピーと学ぼう／

朝ごはんでパワーチャージ！

元気な一日の始まりは朝ごはんから

とき

6 / 22 (土)

10:00 ~ 16:00

ところ

無印良品 直江津 Open MUJI (西本町3-8-8 直江津ショッピングモール 2F)



上越市食育推進キャラクター
もぐもぐジョッピー

作ってみよう！

ぱっか簡単！

ぱぱっと朝食料理教室

要事前申込

栄養バランスばっちりな時短朝食レシピ(ごはん食)を紹介♪

時間 1回目:10:15~11:45 2回目:12:00~13:30

※1回目と2回目は同じ内容です

定員 各回10組(申込多数の場合抽選)

参加費 無料

申込み 6月12日(水)までに電子申請システム →
または市農政課(Tel.025-520-5747)へ

種類の違うお米の
食べ比べもできるよ！



電子申請システム

かわいい！

「みそまる」作り体験

おみそとだし、具材をまらめて作る「みそまる」。
お湯を注ぐだけでお味噌汁になるよ！

時間 14:00~16:00

定員 先着100人

参加費 無料

申込み 不要



体験しよう！

食育クイズラリー

たべものおりがみ

もぐもぐジョッピーのぬりえ

参加してくれた方には
プレゼントがあるよ！



見て学ぼう！

「上越野菜」レシピ動画上映

生活習慣病予防や
朝食に関する展示

など

歯の健康を考えよう！

ハブラシ回収プロジェクト

そろそろハブラシ交換しませんか？

使い終わった歯ブラシをその場で新しい歯ブラシと交換！



歯の健康に関するアンケートも実施！

回答してくれた方には
口腔ケアグッズをプレゼントします☆



フードドライブがやってくる！

フードドライブとは、家庭などで余っている食品を集めて必要としている方へ届けることで食品ロスを減らす取組です。
今回集まった食品は「フードバンクじょうえつ」から各支援機関へ配布されます。

■受付時間：10:00～12:00、13:00～16:00

■受け付ける食品(以下のすべてにあてはまるもの)

- ・箱や袋など未開封
- ・賞味期限(1か月以上先)がある
- ・常温保存が可能

※お米は、玄米30kg～(保冷庫に保管されていて未使用のものに限ります。)

◎お持ちいただいた食品はその場でスタッフが確認します。
上記条件にあてはまらないものは受取りできませんのでご注意ください。



初夏の雪桜 展示

雪の重みなどで折れてしまった桜の枝を安塚区にある雪中貯蔵施設「ユキノハコ」で保存して、当日に間に合うように開花調整中です！

ぜひ写真を撮りに来てね♪
会場で待ってるよ～！



食育情報 発信中

SNSや市ホームページでは、食育情報やレシピ、
農林水産業のイベント情報などを発信しています！
ぜひご覧ください♪



農林水産部
Instagram



クックパッド
「上越のおいしい
食育キッチン」



市ホームページ
「上越の食育」

同時開催！！

本イベントにあわせ、公民館でも講座が開催されます。詳しくは、各地区公民館へお問い合わせください。

伝統保存食講座

日時 6月22日(土) 9:30～11:30
内容 もぎたて青梅でカリカリ梅をつくります
対象 成人
会場 金谷地区公民館(寺町2-16-21)
定員 20人
問合せ 金谷地区公民館
(Tel:025-524-3105)

ちまきづくり体験教室

日時 6月22日(土) 13:30～15:30
内容 地元の笹を使って「ちまき」をつくります
対象 成人
会場 諏訪地区公民館(上真砂203)
定員 10人
問合せ 諏訪地区公民館
(Tel:025-520-2203)

主催／上越市 問合せ先／上越市役所農政課
Tel:025-520-5747 Eメール:syoku-iku@city.joetsu.lg.jp

上越市食育啓発イベント

検索

