

もぐもぐジョッピーの

食育フェア

とき：6月18日（土）10:00～16:00

ばしょ：無印良品直江津 Open MUJI

（上越市西本町 3-8-8）

入場無料



上越市食育推進キャラクター
もぐもぐジョッピー

いつもみんなのそばにある「食」について、ジョッピーと一緒に楽しく学ぼう！

あさ 朝ごはんを食べると何がいの？
えいよう 栄養バランスがとれた食事って？



わくわく体験&イベント

「みそまる」づくり体験

上越発酵食品研究会

上越市は「発酵のまち」。おいしい味噌がたくさん。
簡単にお味噌汁が作れる「みそまる」を紹介します。

※みそまる…味噌に乾燥具材などを入れて丸めて保存しておき、お湯を注ぐだけで簡単にお味噌汁ができるもの。

※参加は無料です。

※試食はありません。作った「みそまる」はお持ち帰りいただけます。

午前10時～正午まで（100人限定）、材料がなくなり次第終了



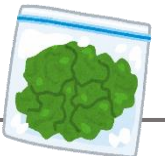
バッククッキングデモ

新潟県食生活改善推進委員協議会
上越支部&上越地域振興局
健康福祉環境部

ポリ袋に食材を入れて湯せんするだけの簡単減塩料理をご紹介します。災害時にも役立つ調理法です。

※調理風景の見学のみで、体験・試食はありません。

午後1時30分～2時30分まで



食べ物マジックショー

マジシャン ジョーク峰

ピーマンやみかんなどを使った本格マジック。

タネ明かし付きのマジックも伝授します☆

1回目：午後1時～1時30分まで

2回目：午後3時～3時30分まで



そのほか…

食べ物折り紙

もぐもぐジョッピーぬりえ



「食」を見て学ぼう

パネル展示

上越市&上越地域振興局
健康福祉環境部

市の食育推進について

朝食ってすごい！

市内の保育園給食の取組

食品表示と減塩

知ってる？上越で採れる野菜

上越市&なおいち良品市場

「上越野菜」って何？

「上越野菜」を使ったレシピを動画で紹介

今の時期に上越で採れる野菜を紹介



新型コロナウイルス感染症対策について

- ・会場は感染症対策を行っています。ご来場の際は、マスクの着用、手指の消毒をお願いします。
- ・体調の悪い方のご来場はご遠慮いただきます。
- ・体験を伴うものは、人数を決めて行うため、お待ちいただく場合があります。

主催／上越市

お問合せ先 上越市農政課

TEL：025-520-5747（直通）

e-mail：syoku-iku@city.joetsu.lg.jp

HP：https://www.city.joetsu.niigata.jp/site/syoku-iku/



「上越の食育」HP