



米沢市報道資料

「よねざわ たのしい ヘルシー おいしい 食育
イベント」を開催します。

令和 8 年 6 月 18 日
健康課成人保健担当

電話 24-8181(内線 202)

市民が食育に興味を持つきっかけをつくることをねらいに、食育イベントを下記のとおり開催します。

詳細は別添チラシのとおりです。

記

1 食育イベント

- (1) 日 時 7月4日(土) 10時から15時30分まで
- (2) 会 場 イオン米沢店1階 フードコート脇
- (3) 内 容
 - ・食事の栄養バランスチェック【県立米沢栄養大学】
 - ・野菜摂取量測定【明治安田生命】
 - ・食の備えの紹介【米沢市食生活改善推進協議会】
 - ・食品ロス削減クイズ【米沢市環境課】
 - ・米沢のたべもののクイズ【米沢市農業振興課】
- (4) 特記事項
 - ・取材を希望する場合は、事前にご連絡ください。
 - ・取材の際は、イベント会場に直接お越しください。
 - ・撮影の際は、イオン米沢店の売場や従業員の方が映らないよう、ご配慮をお願いします。
 - ・撮影の際、個人が特定される可能性がある場合は、必ず本人の許可を得るようお願いいたします。



目指せ！健康長寿日本一のまち米沢

よねざわ たのしい・ヘルシー・おいしい

食育イベント 2026

「食育」と聞くと、子ども向けだと思われがちですが、実は大人にとっても、健康で豊かな生活を送る上で重要なテーマです。
この度、誰もが楽しく学べる食育イベントを開催いたします！
様々な体験をとおして、自分、そして家族の「食」について、一緒に考えてみませんか？

参加費無料！

どなたでも、お気軽に
参加できます！

日時 2026年 **7月4日(土)** 午前**10時**から午後**3時30分**

場所 **イオン米沢店** 1階 フードコート脇



こんなことが体験できます！

食事の栄養バランスチェック



本物そっくりな食品サンプルを使って、食事を診断！
さらに、**米沢栄養大学の先生から、その場で、結果についてアドバイスがもらえます。**毎日の食生活を見直すきっかけに！



野菜摂取量測定



センサーに手をかざすだけ！
野菜の摂取レベルがわかります。おおよその食べている量も確認でき、食生活改善のヒントが得られます！



食の備えを学ぼう！

地域の健康づくりを支える「食生活改善推進員」が、**災害時に役立つ食の備えについて、紹介！**普段からできる備えを学びましょう。

食品ロス削減！クイズ

***午前10時から午後12時30分まで**



食品ロスは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のこと。**クイズをとおして、食品ロス削減のためにできることを一緒に考えましょう！**



米沢のたべものクイズ

***午後12時30分から3時30分まで**

米沢のやさいやくだものに関する**楽しいクイズに挑戦！**意外な発見や新しい知識に出会えるはず！米沢のたべものに注目してみよう。

**参加者
プレゼント**



2つ以上のブースを体験し、簡単なアンケートに答えると、
「山形県産米1合分(150グラム)」がもらえる！

※数に限りがあります。
※お渡しは1人1回までです。

食育展示も開催中！

- 期間/6月中
- 場所/ナセBA 1階
- 暮らしに役立つ情報コーナー
- 内容/主食・主菜・副菜を
組み合わせた食事 など

〈問合せ〉米沢市健康課成人保健担当
〒992-0059米沢市西大通1-5-60(すこやかセンター内)
TEL 0238-24-8181(内線202)