



令和2年12月7日 立川市広報課

送付文書 計2枚

報道機関 各位

食育イベント「野菜食べ菜さ〜い！」を開催します

立川市健康推進課では年2回、野菜をもっと食べていただくための食育イベントを行っています。このイベントでは、季節の野菜を使った料理の試食やレシピのご案内をしてきました。試食については毎年ご好評いただいておりますが、今年は感染症予防の取組から行わないことになりました。

その代わりに、みの一れ立川の協力を得て、いろいろな野菜を1パックに集めた「立川ベジコレ 350 プラス」の販売を行います。

また、1日に取りたい野菜の摂取量350gを、量ってあてる「わかるかな？野菜クイズ」を行います。ピタリ賞には、350gの野菜をパックした「立川ベジコレ 350」を差し上げます。

コロナ禍により、家庭で食事をする機会が多くなり、調理方法への関心も高まっているため、管理栄養士が新たに簡単で美味しいレシピブックを作成しました。こちらも当日無料配布予定です。

本イベントについての取材、および、紙面の掲載についてよろしくお願いたします。

野菜
食べ菜さ〜い!

12/18 (金)
《会場》 10:00~14:00
ファーマーズセンター
みの〜れ立川
申し込み不要
直接会場へ!

野菜は1日350g以上とる
ことが必要とされています
野菜をしっかり食べて、生活習慣病を予防しましょう!

なるほど!
献立を立てるコツ
バランスの良い食事のコツ
あと1皿の野菜のおかず

わかるかな?
野菜クイズ
量ってみよう!
めざせ、野菜350g
食べているかな?
両手いっぱい野菜

当たった方には
楽しいおみやげつき!

お問い合わせ先
立川市健康推進課 保健事業係
電話 042-527-3272
FAX 042-521-0422 (平日8:30~17:00)

各種取組開催中! 「参加しませんか? 健康教室」で
確認できます。こちらの二次元バーコードをご利用ください。➡

※イベント概要は次ページをご覧ください。



1、開催日

令和2年12月18日（金）10時～14時

2、実施内容

①わかるかな？野菜クイズ！「量^なってみ菜さーい」

【賞品】ピタリ賞 「立川ベジコレ 350」

前後賞 人気の野菜を1つ差し上げます。

②野菜を使ったレシピブックの無料配布

※立川市ホームページからダウンロードも可能です。

③「立川ベジコレ 350 プラス」の販売

・内容量は、約2人分の7～800gのパックになります。

・販売は12月18日（金）～24日（木）の
限定1週間です。

・価格は未定ですが、お得にご購入いただけます。
(150円程度)



「量^なってみ菜さーい」の様子
奥に並べられた野菜を手前の測りにのせて350gにします。
(野菜の種類、形はさまざま！
意外とドキドキします)
R2年9月開催「野菜たへ菜さーい」より



9月に開催した時の様子

消毒やソーシャルディスタンスに配慮しながら、実施しました。初めてのコロナ禍の開催で、あまり宣伝ができませんでした。

R2年9月開催「野菜たへ菜さーい」より

【場 所】 ファーマーズセンター みの一れ立川（立川市砂川町2-1-5）

※ 新型コロナウイルスの感染拡大の状況により、入場制限を行う場合があります。
あらかじめご了承ください。

【問い合わせ】

立川市 福祉保健部 健康推進課 担当：田村信行

TEL042—527—3272