

おかざき健康・食育だより

まめ吉通信



そうだ、げんき館へ行こう!



みなさんは普段、運動をしていますか？運動をするって思うと「疲れそうだなあ」、「めんどうだなあ」とか「得意じゃないから」とか、ついつい思ってしまうかもしれないけど大丈夫。楽しんで体を動かすことが運動なのです。岡崎げんき館には、小学生から参加できる教室やプログラムがいっぱい!

教室に参加してみよう!

運動がうまくなりたい人、ぜひ参加してみてね!
運動が苦手な人でも大丈夫、先生が教えてくれるよ!



キッズダンス教室

空気があれば当日参加OK!
【対象】小学生
月曜日
午後4:30 ~ 5:30



テニス教室

【対象】小中学生
土曜日又は日曜日
午前9:15 ~ 10:45



名古屋グランパス 岡崎サッカースクール

【対象】
年中児から小学生



子ども水泳教室

【対象】
3歳以上から小学生

プール・トレーニングジム・フィットネススタジオ

【時間】午前9:00~午後9:30

【料金】小学生/200円、中高生/300円

【休業日】第4月曜日、年末年始

料金を払えばプール、ジム、スタジオすべて利用できる!

※小学生はプールのみ

※ゴーグル、キャップなどを忘れたら貸してくれるよ!(有料)



自由利用も
できるよ!

遊び感覚で運動してみよう!
家族や友達と一緒に運動ができるよ!

利用者限定託児サービスも あります!

【対象】生後2か月から

就学前までのお子さん

【時間】午前9:00 ~ 午後5:00(最大3時間)

※前日午後5:00までに要予約 TEL:0564-65-3800

【料金】1時間...4歳未満/610円、4歳以上/510円

以降30分単位...4歳未満/300円

4歳以上/250円



※平成28年3月1日現在の内容です。

※詳細は岡崎げんき館
ホームページからどうぞ

岡崎げんき館

検索

岡崎
げんき館

岡崎市若宮町2丁目1番地1 TEL:0564-21-7733
休業日:第4月曜日、年末年始



みんなでお祝いしよう！
これまでの100年 これからの100年

おかざき100年祭



岡崎市制100周年記念事業

100周年で
パワーアップ!



2016.7.1
100th
ANNIVERSARY
KAZAKI
岡崎市制施行100周年



食育メッセ 2016

自ら食育を「学び」「教え」「協力し」実践する

平成28年 7月2日(土)～3日(日) 10:00～16:00

岡崎中央総合公園 体育館ほか

こんな
ブースが
あるよ



みんなで楽しむ 食育の祭典

いろいろ
たべたり
つくったり
できます!



体育館内イメージ

岡崎の食文化を再発見

かつて伝馬町にあった迎賓館
「御馳走屋敷」をイメージしたブースで
食文化を学び、郷土料理を味わおう!

アユの煮浸し

「東海道中膝栗毛」に
岡崎の美味しいもの
としてでてるよ



煮味噌

おかざきの
ふるさとの味



全国いがまんじゅうサミット

各地で作られている
いがまんじゅうがせいぞろい
販売・調理体験もあります



100周年みそ田楽づくり体験

焼味噌 家康も戦場で食べた焼味噌とおにぎり
湯漬けを作って食べよう



- 学生による市内の味噌
研究結果のプレゼン、メニュー販売
- ミソガールと行う即席味噌汁「みそまる」
作り体験

新曲

「まめ吉体操100周年バージョン」

おひろめ!



100年祭「まめ吉スタンプラリー」

会場内をまわって
ステキな景品をもらおう

調理体験

自分で料理を
作ってみよう!



鯉節削り体験

削りたての鯉節は
いい香りが
いっぱい



食のにおい・音あてクイズ

においや音だけでどの食べ物か分かる
かな?

学校給食メニューコンクール ベジタブルスイーツコンテスト

くわしくは右のページを見てね

岡弁バイキング(有料)

六ツ美北中学校が提案した地産地消弁
当「岡弁」をおなかいっぱい食べよう!

赤い糸プロジェクト



八丁味噌を使った100周年
記念メニューとそれに合う
ワインも味わえます

うまいもの市 開催

市内はもちろん、愛知県内
岡崎市にゆかりのまちからも
おいしいものが集まります
2日(土)は20:00までやってます!



参加者 募集



食育メッセ特別講演会
脳科学者
茂木健一郎 (もぎけんいちろう) 氏

「脳と食育 ～未来への鍵は食にあり!～」

7月3日(日) 13:30～15:00

岡崎中央総合公園 第一錬成道場 定員:500名(抽選)

はがきに参加者全員の①郵便番号・住所 ②氏名(ふりがな) ③年齢 ④性別 ⑤電話番号を記入し、〒444-8545 保健所健康増進課「食育メッセ特別講演会」係へ。
市ホームページ(電子申請総合窓口)から申込可。
お問合せ:健康増進課 TEL 23-6962 5月20日(金)必着。

ワクワク
するねえ



100年祭遊園地 恐竜ロボットファクトリー 体験型ゲームなど

楽しい企画 盛りだくさん!



100年祭遊園地
イメージ

岡崎市制100周年記念

【共通応募締切】5月31日(火)必着



～みなさんが考えたスイーツ&給食&料理を募集します～

平成27年度第43回生徒市議会で
常盤中学校から提案がありました。

ベジタブルスイーツコンテスト

「野菜を食べる量が増える」、「野菜が大好きになる」ようなベジタブルスイーツを募集します。

【テーマ】ベジタブルスイーツで岡崎市民は野菜大好き!

【募集内容】●市内の小中学生対象(3名以内のグループでも大丈夫です。)

●野菜を使ったスイーツ

(本コンテストの野菜とは、日本食品標準成分表(文部科学省)で野菜に分類されるもの。いも類、果実類、きのこ類は含みません。)

●応募用紙にメニューと作り方を書いて、写真をつけて送ってください。

●応募用紙は保健所ホームページからとるか、学校の給食主任の先生からもらってください。

【その他】●詳しいことは、応募用紙又はホームページを見てください。



岡崎市 ベジタブルスイーツコンテスト

検索

学校給食メニューコンクール

岡崎市内産の野菜を2つ以上使った学校給食メニューを募集します。

【テーマ】みんな食べたくなる!地元野菜の給食

【募集内容】●市内の小中学生対象(3名以内のグループでも大丈夫です。)

●次の食材の中から、少なくとも2つ以上使用してください。

なす、にんじん、ねぎ、ほうれんそう、もやし

●応募用紙にメニューと作り方を書いて、写真をつけて送ってください。

●応募用紙は保健所ホームページからとるか、学校の給食主任の先生からもらってください。

【その他】●優秀メニューは給食として提供する予定です。

●詳しいことは、応募用紙又はホームページを見てください。

岡崎市制100周年記念事業 赤い糸プロジェクト 連携



岡崎市 学校給食メニューコンクール

検索

たくさんのご応募
おまちしています!



岡崎市制100周年記念事業

赤い糸プロジェクト

岡崎×岡崎

創ろまい!オリジナルレシピ

赤い糸レシピコンテスト参加者募集

岡崎市の特産品や生産品などを2つ以上使ったオリジナル料理レシピを大募集!

写真とレシピを一緒にご応募ください。

選考通過者は平成28年9月18日(日)のライブコンテストへ出場、

入賞者には協賛社より豪華賞品を贈呈。

詳細は右記、赤い糸ホームページをご覧ください。 www.100red.jp



主催:新世紀岡崎委員会 事務局:岡崎市企画財政部100周年記念事業推進課
赤い糸プロジェクト部会担当:岡崎市経済振興部商工労政課 観光課・農務課
お問合せ:赤い糸プロジェクト事務局 〒444-0038 岡崎市伝馬通2-8 サカエヤビル3F
TEL:070-5330-7002 MAIL:info@100red.jp

岡崎市制100周年記念事業

赤い糸プロジェクト

赤い糸
レシピコンテスト
参加者募集

創ろまい! 岡崎×岡崎 オリジナルレシピ

協賛社 (五十首順)

あいち三河農業協同組合、合資会社池田屋、稲垣勝吉店、株式会社大岡屋、株式会社太田商店、太田油脂株式会社、有限会社五万石藤見屋、株式会社サンクレール、有限会社中田屋、合資会社八丁味噌(カクキュー)、株式会社マジカル、株式会社まるや八丁味噌



給食試食会



岡崎市の小中学校では、給食試食会を行っている学校があります。

額田中学校では、1月に給食試食会を行いました。試食会では、岡崎市の学校給食について、給食ができるまでの流れ、食育について話をしました。昨年9月より自校調理からセンター方式の給食に変わったこともあり、保護者の方の給食への関心も高まっているようでした。給食はランチルームで子どもたちと一緒に会食をし、配膳や片づけも体験してもらいました。参加した保護者の方からは「懐かしい」「温かくておいしい」といった声が聞かれ、子どもたちの様子を見ながら、喜んで会食している様子が見られました。



給食試食会の様子

給食試食会は、保護者の方に学校給食や食育について知ってもらうよい機会になっています。これからも、このような活動を通して、食育の大切さを伝えていきたいと思ひます。

元 額田中学校 栄養教諭 中嶋 明日香

『イクメン』～みなさんのまわりにもきっといるはず～

このごろよく耳にする『イクメン』。みなさんは『イクメン』という言葉を知っていますか？

『イクメン(育男)』とは、子育てを楽しみ、自分自身も成長する男の人のこと。または、将来そんな人生を送ろうと考えている男の人のこと。例えば、お父さんやおじいちゃん、サッカー教室の先生、学校の登下校のときに見守ってくれる地域のパトロールの人など、みなさんのまわりにもきっといるはずです。



みなさんのまわりにいる『イクメン(育男)』をさがしてみましよう。

そしてそのような『イクメン(育男)』の姿や思いを「川柳(五・七・五)」にしてみませんか。

イクメン(育男)川柳・イクジイ(育爺)川柳・ パパの子育て絵日記作品を募集しています

★保護者の方へ

現在、子育て奮闘中のお父さん、孫がかわいくて仕方ないおじいちゃんのお父さんへのあたたかい思いを、また、地域で子育てに関わっている方や将来『イクメン(育男)』を目指しているあなたの思いを「川柳(五・七・五)」にしてみませんか。

ごはんだよ
お玉片手に
父が呼ぶ
イクメンに
なれぬが僕は
イクメンさ

例(中学生作品)



ご応募いただいた作品は、イベント・講座等での展示や母子健康手帳・リーフレット等に掲載させていただきます。また、川柳の優秀作品には、秋のげんきまつりで表彰・賞品を贈呈します。

【応募締切】平成28年8月31日(必着)

【応募方法】郵便、ファクスまたは岡崎げんき館2階保健所の応募箱へ。

※応募用紙は、保健所・各支所・各地域交流センターにあります。

岡崎市のホームページから

ダウンロードすることもできます。

詳しいことは、応募用紙又はホームページを見てください。