

#ぎふし

ハグモグフェア

参加無料

2026年

2月15日 日

10:00



13:00

会場

マーサ21

マーサスクエア

「食育」をテーマに、様々な団体がコーナーを出展します。ぜひお越しください♪

申込
不要

各コーナー体験やアンケートに答えて
プレゼントをもらおう！

●あなたの食事のバランスチェック

(保健衛生部 健康づくり課)

1食分の食事をトレーに乗せるだけ！食事バランスが判定できます。



●歯周病セルフチェック (保健衛生部 保健予防課)

歯科衛生士とお口の健康について一緒に考えてみませんか？



●学校給食まるごと体験

(教育委員会 学校安全支援課 (公財)岐阜市学校給食会協力)

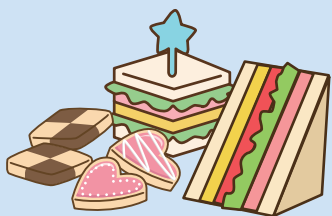
調理器具の展示や給食キャップの試着、人気献立のレシピ紹介をします。



●保育所給食で子どもの食事を学ぶ

(子ども未来部 子ども保育課)

元気なからだをつくる4つのお皿を学ぼう。
おすすめおやつの紹介、だしの試飲もあります。



●ベジチェック体験 (明治安田生命保険相互会社)

手のひらをセンサーにかざすだけで、普段の野菜摂取量が測定できます。



●バランスのよい朝食を食べよう (大塚製薬株式会社)

朝食を食べると良いことがたくさんあります。
バランスのよい朝食の重要性をご紹介します！



●野菜っておもしろい (岐阜市立女子短期大学 健康栄養学科)

学生と野菜の折り紙やクイズで遊ぼう！簡単野菜レシピも紹介します！



ミニ講座タイムスケジュール

🕒 10:10～「だしで味わう和食」

市橋保育所栄養士 清水句子
鷺山保育所栄養士 大野文子

🕒 10:45～「理想的な朝食のススメ」

大塚製薬株式会社
健康経営エキスパートアドバイザー 福井祐美

🕒 11:20～「糖尿病予防のための食事」

岐阜市民病院 管理栄養士 近藤里江

🕒 11:45～「高血圧予防のための食事」

岐阜市民病院 管理栄養士 近藤里江

🕒 12:15～「食べて長生き！フレイルを予防しよう」

保健衛生部健康づくり課 管理栄養士 渡邊千尋

🕒 12:40～「自分で守ろう！お口の健康」

保健衛生部保健予防課 歯科衛生士 高橋里佳

うーたんたちも
遊びにくるよ！



主催 岐阜市

協力団体

マーサ21、イオン岐阜店
大塚製薬株式会社、明治安田生命保険相互会社

問い合わせ

岐阜市保健衛生部 健康づくり課 058-252-7180

管理栄養士による
Instagramアカウントを開設しました！
栄養に関する情報をお届けします！



@GIFUCITY_EIYOU