

市民食育イベント 案内図

星マークのところにクイズがあるよ！ 全部答えて食育クイズ王を目指そう！！

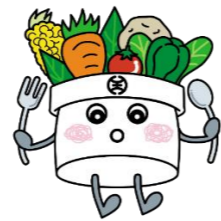
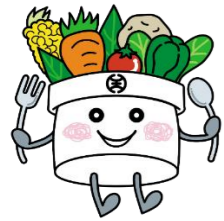
5

タバスケHachiojiでお得に買って、食品ロスを削減しよう！



タバスケについての展示や、食品ロスに関する展示とクイズを行っています。もしかしたら、あの！リサイクルマスコットの「クルリ」に会えるかも…！

4



2

美味しく無理なく減塩

簡単に真似できる減塩のレシピを紹介しています！
また、3色食品ゲームも実施しています！

1

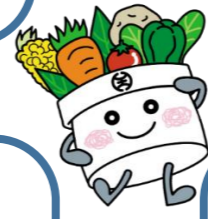
災害への備えをしていますか？

災害時、心の安らぎのためにも食事は大切です。
日常備蓄のポイントについてご紹介します！
八王子市備蓄食&レシピを配布中！

減塩チャレンジ

～自分の摂っている塩分を
チェックしよう～

塩分チェックシートで簡単に塩分の摂取状況を確認することができます。
減塩商品の紹介やサンプル配布も行います。



入口

主食・主菜・副菜
違いがわかるかな？

3

野菜とイモで作る「おやつレシピ」配布しています！

血管年齢測定

指先にセンサーを当てて、約20秒で血管の弾力性、血管の状態を判定します。
今の状態を知って、健康行動のきっかけにしませんか？

カラダスッキリコーナー

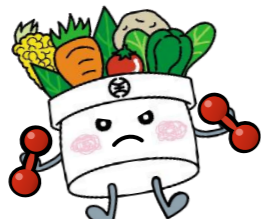
体組成計測定で筋肉量や脂肪の量を測定できます。
ストレッチポールなどを使用してカラダスッキリも体感してみませんか？

はてなBOX

はてなBOXを使って、箱の中に入っている野菜や果物を当てるゲームを行っています。
公立保育園の給食レシピも配布中！

6

ぬり絵コーナー
アンケート記入台



出口

景品交換

アンケート回収

フロバスケットボールチーム
東京八王子ビートルズ

シューティングイベント開催中！
皆さまのご参加お待ちしております！

